



Tibetan Buddhist Resource Center

Text Scan Input Form - Title Page

Work:	W1KG17382	ImageGroup:	I1KG17396
LCCN:	2003313733	ISBN:	n/a

Title:	གཏུང་བཙད་སྒྲ། gang+gA'i bzhad sgra/
Author:	n/a
Descriptor:	n/a
Original Publication:	n/a;n/a
Place:	dharamsala, district kangra, h.p.
Publisher:	college for higher tibetan studies
Date:	2001-
Volume:	13
Total Volumes:	25
TBRC Pages:	2
Introductory Pages:	n/a
Text Pages:	n/a
Scanning Information:	Scanned at M/S Satluj Infotech Images, E-45, Sector 27 Noida, District Gautam Buddha Nagar, U.P. 201301 via New Delhi, IN for the Tibetan Buddhist Resource Center, 150 17th st., New York, NY 10011, U.S.A 2006. Comments: 5/2014



१००५
९

गङ्गावर्णावली



ॐ नमो भगवते वासुदेवाय

ཐོད་ཀྱི་དཔེ་མཛོད་ཁང་།

Class No:

Acc. No. D: M-131

LTWA (Manuscript)

DHARAMSALA, H.P.

གང་གི་ཤེའི་དཀར་པོ།

GANG GI SHAI DA

སྒྲིབ་སྒྲིན་པ།

སྒྲིབ་སྒྲིན་པ་ལྟེ་འཇུག་པའི་ལུགས་པ།

ལྟེ་འཇུག་སྒྲིབ་སྒྲིན་པ་ལྟེ་འཇུག་པ།

དམིགས་པའི་སྒྲིབ་སྒྲིན་པ།

ལྟེ་འཇུག་ལྟེ་འཇུག་པའི་ལུགས་པ།

ལྟེ་འཇུག་ལྟེ་འཇུག་པའི་ལུགས་པ།

ལྟེ་འཇུག་ལྟེ་འཇུག་པའི་ལུགས་པ།



སྒྲིབ་སྒྲིན་པ།

ལྟེ་འཇུག་ལྟེ་འཇུག་པའི་ལུགས་པ།

ལྟེ་འཇུག་ལྟེ་འཇུག་པའི་ལུགས་པ།

ཡགོད་ས་མཆོག་གི་བཀའ་སློབ།

རྒྱ་གཞིར་བསྐྱོད་ཀྱི་མཁའ་མཁོའི་ངོས་ལ་བརྒྱུད་ན། འཆར་ཡོངས་ཡོང་
 བཞིན་པའི་རྒྱ་གཞིར་བསམ་སློལ་ན་ཏུག་ཞིང་རྒྱུད་ཞིག་ཡོད་པ་འདི་དག་ས་བོན་གྱི་རྒྱ་གཞི་བཞིན་
 བརྒྱུད་འཆར་ཡོང་བའི་སྐབས་ལ་ཁོང་ཆོའི་བསམ་སློའི་འཕེལ་ཤུགས་དང་བསྐྱོན་ནས་ལུ་མཐུད་
 བསམ་སློའི་འཕེལ་རྒྱས་ཡོང་བ་བྱེད་དགོས་པ་ལས་ཞེ་སྤང་དང་། དངངས་སྐྱུག འཆར་སྤང་
 སྤྱི་བ་བཅས་ཀྱི་བྱ་ཐབས་བརྒྱུད་ན་ཁོང་ཆོའི་སློབ་སྦྱོང་བྱ་འདོད་ཀྱི་བསམ་སློའི་མ་ཐས་སྐྱུག་བཀག་
 ཐེབས་ན་ཡག་པོ་མེད། འདི་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན།

॥ རྩོམ་པ་ཅན་ཀྱིས་བཞག་ས་པའི་སྐབས་སུ་མ་འོངས་པའི་བོད་སྤྱི་པའི་དོན་དག་བསྐྱབ་རྒྱུ་དང་།
 བོད་མི་སྤྱིར་སོ་སོའི་གནས་སྤངས་གང་ཅིར་ཤེས་ཡོན་ལ་རག་ལས་ཀྱི་ཡོད་པར་བརྟེན། བོད་
 པའི་ཤེས་ཡོན་ལ་རྒྱས་གཏོང་རྒྱ་ནི་ད་ཅང་གལ་ཆེན་པོར་བསྟེན་ནས་ཐོག་མར་སློབ་གྲ་ཁག་
 བརྩམས་པ་རེད། ཤེས་ཡོན་དེ་ཡང་བོད་པའི་སྤྱ་གུའི་ཤེས་ཡོན་ཡིན་དུས་བོད་མི་མཆོན་ཞིང་།
 ཆང་བ་ཞིག་ཡོང་བ་ལ་བོད་པའི་ཤེས་ཡོན་ངེས་པར་དུ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། འཛམ་གླིང་དེང་
 དུས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་དང་ཆབས་ཅིག་བོད་པའི་ཤེས་ཡོན་ཡོད་པ་ཞིག་བྱུང་བ་ཡིན་ན་བོད་པའི་རི་མ་
 མ་ཡལ་བ་ཞིག་དང་། བོད་པའི་རྣམ་པ་མ་ཡལ་བ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། བོད་པའི་རྣམ་
 པ་མ་ཡལ་བའི་ཤེས་ཡོན་ཅན་ཞིག་བྱུང་བ་ཡིན་ན་བོད་པའི་ཡུང་པར་སན་པ་ཞིག་ཡོང་གི་རེད།
 བོད་པའི་རྣམ་པ་དེ་ཟེན་མ་ཐུབ་ན་དེང་དུས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་གཅིག་ལུས་སོ་སོ་སྤྱིར་ལ་འབྲལ་སེལ་
 དཀའ་ངལ་མེད་ཅོམ་བྱུང་ན་ཡང་མི་ཆེ་རིང་པོ་ཞིག་གི་ནང་ལ་བོད་པའི་ཤེས་ཡོན་ཡོད་པ་ཡིན་
 ན་སེམས་སྤྱིད་པ་དང་། བག་སེབས་པ་ཞིག་ཡོང་གི་རེད། བོད་པ་ཡིན་པ་གང་ཞིག་ལ་བོད་པའི་
 ཤེས་ཡོན་མེད་ན་ཁོག་ང་འཆོམས་ནས་སོ་རོག་དཀར་པོ་ཆགས་རྒྱུ་རེད།

སྒྲོབ་སྒྲོབ་སྒྲོར་བཀའ་སྒྲོབ་པོད་གཉིས་པ་ལས་གདན་དྲངས།



དཀར་ཆག

ཕྱི་ཕྱོད་གདམ་རིའི་བྲེང་བ།

༡༥ བཅམས་སྐྱུང་ཞིག་གིས་པའི་མ་གཞུག་དུ།

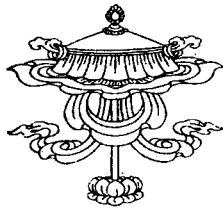
འཇམ་དབྱངས།

༡

༡༦ ར་ལྷུག

གཡུ་སྒྲོན།

༢



ཕྱི་ཕྱོད་གདམ་རིའི་བྲེང་བ།

༡༧ བྲེང་མེ་ཆར་པའི་སྒྲིང་གཏམ།

སྒྲིང་གཏམ་གྱིས་འགྱུར་མེད།

༣

༡༨ ར་སྒྲིང་གི་སྒྲིང་དཔང་ཁོ་མོའི་གསང་བ།

རྒྱ་བདེ་གསལ་དབང་མོ།

༤

༡༩ གདོན་འདྲེའི་སྒྲིང་།

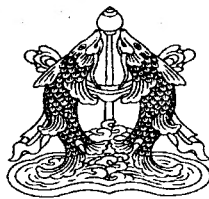
དབྱངས་སྒྲོན།

༥

༢༠ སྒྲིང་གཏམ་དམར་པོ།

བསམ་སྒྲིང་བུ།

༦



སྒྲིང་ཕྱོད་གདམ་རིའི་ཕྱི་ཕྱོད་ཐུ་བྲེང་བ།

༢༡ བྲེང་བཞུར་པའི་སྒྲིང་གི་ལོ་ཟླ།

རྒྱ་ནག་སྐལ་བཟང་ལུང་རིགས།

༧

༢༢ སྒྲིང་སྐལ་མ།

ཕྱི་གཙོད་ཆེ་འཕེལ།

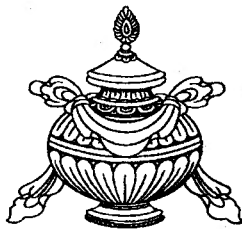
༨

༢༣ མཐོ་སྒྲིང་གི་དུས་པའི་རང་མདངས།

བདེ་ལེགས་སྒྲིང་དཀར།

༩

༤༥། རྒྱུ་རིང་འཛུལ་མོའི་འཕྲིན་པ།	སྒོ་བཟང་མཁུན་པཅེ།	༣༣
༤༦། ཉོགས་བཅོད་བདེན་པའི་རྩ་སྒྲ།	ཆབ་མདོ་སྒོ་བཟང་།	༣༤
༤༧། དྲིན་ཅན་ཡ་མའི་བྱམས་སྒྲིང་།	གངས་ཅན་པ།	༣༥
༤༨། དན་ཤེས་ཀྱི་ལེའི་མཆོད་པ།	འཕན་པོ་བསམ་གྲུབ།	༣༦
༤༩། དཔལ་གདུང་ཡིད་ཀྱི་སྒྲིམ་སྒྲ།	བསྟན་འཛིན་གཏེར་མཛོད།	༣༧
༥༠། དཔལ་གདུང་ཡིད་ཀྱི་ཆོར་མ།	བདེ་ལེགས་མཆོམོ།	༣༨
༥༡། མེ་ཏོག་ཅིག་གི་མཛེས་སྤྱད་གསལ་བ།	མི་རྒྱུང་འགའ།	༣༩
༥༢། ཀླུ་ལྷ་ལྷོ་ལེར་སྒྲིང་སྤང་བཞུ་འདུག	བསྟན་པ་ཡར་འཕེལ།	༤༠
༥༣། ཐོག་མའི་རྒྱུང་རིང་གི་འགྲུལ་བཞུད།	ཆབ་མདོ་བྱམས་པ་ཞེས་ཀྱུ་པ།	༤༡
༥༤། རྒྱུད་མ་དཔེ་པའི་སྒྲིམ་གྲུབ།	བྱམས་བསྟན།	༤༢
༥༥། གདུང་དབྱངས་ཡིད་ཀྱི་མིག་ཀླུ།	གོང་དཀར་འཇམ་དཔལ་དགའ་བ།	༤༣
༥༦། འཁོར་པ།	སྒོ་བཟང་དགེ་འདུན།	༤༤
༥༧། ས་རྒྱ་སྒོ་བཟང་གི་ཉིན་མོ།	རིམ་ལྗོངས་བསྟན་པ་ཀྱུ་པ་མཆོན།	༤༥
༥༨། ལེ་བདེའ་གཞན་ལ་མ་བྱེད་གངས་སྒྲིང་སྤྱད་གཞིན་ཀྱུ།	རྩི་ཆང་དོན་ལུན།	༤༦
༥༩། མཆོད་སྤྱོད་ཡིད་ཀྱི་མེ་ཏོག	སྤྱོད་ཐང་འཛུལ་མོ་ལུན་དབྱངས།	༤༧
༦༠། ཐོགས་མོ་ལ་ལཱིག	བསམ་གྲུབ།	༤༨
༦༡། སྒྲིམ་གདུང་གི་མིག་ཀླུ།	བྱམ་བསྟན་འཛིན་ཉི་མ།	༤༩
༦༢། རྒྱུ་ལ་བམཆོག	སྒོ་ལ་མ་ལྗོངས།	༥༠



དང་མོས་གང་པ་ཅི་ཡི་པ་དང་ཚོ།

༡༥ ང་དང་སྤང་ངག་གི་ཁྱིམ་རྒྱུད་དམར་པོ།

ཆོ་རིང་ལོ་བརྒྱ།

༤༠

༢༥ སྤང་བུ།

ཚུ་ལ་བྲིམ་ས་དཔལ་ལྷན།

༤༤

༣༥ ལས་དབང་ཕྱི་མོ།

མགོན་པོ་རྒྱལ།

༤༥

༤༥ ཟླ་བའི་ལོག་ཏུ།

བརྟན་འཛིན་ཡན་བདེ།

༤༧



༡༥ དང་ཚོས་གང་པ་ཅི་ཡི་སྤྱ་བྱུང།

༡༥ ཆོར་བ།

བསོད་ནམས་བཟང་པོ།

༤༧

༢༥ མི་ཆེན་ཆུ་གཏོར།

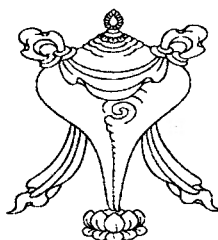
བྱ་རྒྱ་སྤྱུངས།

༥༣

༣༥ རེས་མོན་ཏུ་ཏུ།

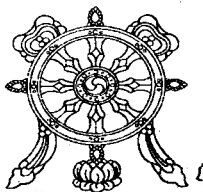
ཐོ་བཟང་ཉི་མ།

༥༤



དབུད་ཚུམ་གངས་རིའི་ཉིང་བཅུད།

༡༥ ངས་འདི་ལྟར་སྒྲུབ་ན་འདོད།	དོ་སྒྲིམ་ཆེ་བའི་རིང་།	༡༡
༡༦ རྒྱལ་ཆ་ཞེས་པའི་བཅུམས་སྒྲུབ་ལ་ཅུང་ཟད་དབུད་ཁྲུལ་བྱས་པ།	དབུངས་སྒྱུད་ལྟ་མོ།	༡༢
༡༧ རྟེན་པ་འཁོར་མེ་ཏོག་བསྐྱགས་ཐེས་ཀྱི་སྒྲིང་ཆོར།	བསྐྱེད་འཛིན་ཆོས་དབྱེངས།	༡༣
༡༨ རྟེན་པ་འཁོར་རྩམ་པའི་འཆོ་ལམ་སྒྲུབ་པ།	བྱ་རྩལ་གྱི་ནད་གཤམ་འཇམ་དཔལ།	༡༤
༡༩ རྟེན་པ་འཁོར་རྩམ་པའི་འཆོ་ལམ་སྒྲུབ་པ།	དཔལ་སྒྲོན།	༡༥



བཅར་འདྲི་གངས་རིའི་མེ་ལོང་། ༡༠༡
མཐུག་བསྐྱུ་པའི་གཏམ། ༡༠༦

གསལ་བཤད།

ཐེངས་འདིའི་ཚུམ་ཡིག་འཕྲོར་རིགས་རྣམས་གངས་གསེས་དང་གོ་རིམ་གྱི་དང་པོར་བཀོད་པ་ཚུམ་ཡིག་ཁ་ཅིག་གི་ནང་དོན་ལ་སྒྲིན་པུ་
ཅུང་ཟད་ལྷན་པ་རྣམས་སྒྲིབ་སྒྲིན་པ་ཞན་ལྟ་མོའི་དགོངས་ཚུལ་གཞིར་བཟུང་བྱས་པ་ལགས་པས་ཚུམ་པ་པོ་རྣམས་ཀྱིས་དེ་ལྟར་བྱས་པ་ལྟར་
འཇགས་ཡོང་བ་ལྟ།

ཐུགས་སྦྱང་།

གསྐྱེད་བཞད་སྒྲིབ་ནང་བཀོད་པའི་ཚུམ་ཡིག་རྣམས་འདི་ག་མཐོ་སྒྲིབ་དང་། ཚུམ་སྒྲིག་ཆོག་སྒྲིབ་ཀྱི་ལྟ་བུ་ལོན་པའི་ཁྲུབ་པ་མེད།

དཔར་སྐྱེན་བདག་དབང་།

ས་རྒྱ་མཐོ་སྒྲིབ་ནས་དཔར་སྐྱེན་བྱས་པའི་ཚུམ་ཡིག་བདག་དབང་མཐོ་སྒྲིབ་ཁང་རང་ཉིད་ལ་ཡོད་སྟབས། འདིར་སྐྱེན་དེ་བའི་གསལ་དང་
ཚུམ་ཡིག་གི་བདག་དབང་འདི་ག་མཐོ་སྒྲིབ་ལ་ཡོད།



འཇམ་དབྱངས། རིག་གནས་ལོ་རིམ་

ཕལ་ཆེར་རྒྱ་གཅིག་ལྟ་བུ་ཡིན་པ་ལ། ཆར་བ་ཤག་ཤག་ཏུ་འབབ་
 དེ་ཉིན་ཞིག་སྒྲིབ་གྱི་དུས་དེ་བུ་ཚོས་སྤྱི་གུ་ན་དག་འཇམ་
 དཔལ་ལགས། དེ་ཉིན་ཁོང་དུ་ཡོང་ནས་མེ་ཐག་ཆད་པའི་ཉམས་
 གྱིས་ “དུས་དེ་བུ་འདྲོན་རན་སོང་། ཚུ་མ་སྤྱོད་མཁན་གཅིག་ཀྱང་
 མི་འདུག དག་ཅེ་བྱེད་དགོས་པ་རེད། བྱེད་མཁན་གྱི་མིས་ཤེས་
 རྒྱུ་ཆ་ལ་རང་རེད།” ཅེས་སེམས་ཁྲལ་བྱེད་ཀྱི་ན་འདུག
 “ས་རྒྱ་མཐོ་སྒྲིབ་པ་མཐོང་རྒྱུ་མ་བྱེད་ལྟོ།” ངས་དེ་ལྟར་ཀྱེ་
 ཞིག་ཅེས།
 “དེས་ན། བྱེད་ཀྱིས་ཐིས་དང་། མེད་ལྟོ།” རྒྱུ་ཆ་དེ་ཀྱེ་

ཡིན་ནམ་ཡང་ན་མཐོང་རྒྱུ་མི་མེད་ཀྱིས་ཀྱང་དེ་མེས་ས་
 ལ་ངར་ཞིག་བསྐྱངས་སོང་།
 “འུ་བྱུག་དགོས་པ་མ་རེད། ང་ཡོད་ས་ན་ཚུ་མ་ཡིག་མེད་པའི་དཀྱའ་
 ངལ་ཞིག་ཡོད་ས་འགྲོའམ། ངས་བཅུ་མ་མཚོ་སྤྱོད་གཤམ་ཆོད་
 པ་ཞིག་བྲིས་ནས་བྱོད་ལ་སྤྱོད་ཆོག” ངས་དེ་ལྟར་ང་རྒྱལ་འདྲེས་
 མའི་ཀྱལ་ཀྱི་ཞིག་ཅེས།
 ཉིན་དེ་ནས་བཟུང་། རྒྱུ་ཆ་མ་འཁུངས་དང་གཉིད་རྒྱུ་མ་གཏོགས་
 མི་བྱུང་པའི་འདྲ་ཤེས་གསུམ་པ་བདག་གིས་དཔེ་དེ་བ་སྤྲོ་ཆོགས་
 བསྐྱུགས་ཤིང་ཤོག་སྤྱི་གུ་གང་མང་པོ་དེ་སྤྱོད་བྱས། རྒྱུ་ཆ་ལ་ངས་

དང་དགོང་འཕྲི་ཉལ་བྱས་ཏེ་བརྩམས་སྐྱུང་ལེགས་པོ་ཞིག་འབྲི་བའི་
ཐབས་ཤེས་སྒྲུ་ཆོག་པ་བཞེད་འབད་བརྩོན་གྱི་རྒྱུ་མ་སྒྲོད་པ་ཡིན།
གཟུང་འཁོར་གཅིག་འཁོར་སོང་། ཕྱི་དོ་ཞིག་ལ། མཐའ་སྐྱོར་
དུ་དེ་བ་དང་ཤོག་བྱ་མང་པོ་ཞིག་བཀྲམ་ནས་རྩལ་གྱི་སྒྲིག་གཞིའི་
སྐོར་ལ་བསམ་མཐོ་གཏོང་སྐབས་མི་ཞིག་གིས་སྒྲོ་བརྩུངས་བྱུང་།
“སུ་ཡིན། སྒྲོ་བརྩུབ་མེད་”

སྐལ་བཟང་ལུང་རིགས་ནང་དུ་འཇུག་ཡོང་ནས་ཉལ་ཁང་གི་ཕྱོགས་
བཞིར་མིག་བཤེར་ཞིག་བྱས་ཤིང་། ཡ་མཚན་པའི་ཉལ་ཤེས་ཤིག་
བརྩན་ཏེ་འཇུག་ཞོར་དུ་ “ཁ་སང་དེ་རིང་ཁྱོད་ལ་ཅི་ཞིག་བྱུང་
སོང་། མི་ཟེར་བ་འདིར་དངོས་གནས་ལྟ་ཤེས་ཀྱི་མི་འདུག” ཟེར།
“ངས་བརྩམས་སྐྱུང་ལེགས་པོ་ཞིག་འབྲོངས་མིན་ཆོད་ལྟ་ཞིག་བྱེད་
བསམ་པ་ཡིན།” མཐའ་སྐྱོར་གྱི་དེ་བ་དང་ཤོག་བྱ་དག་སྟུང་བཞིན་
ངས་དེ་ལྟར་བཤད་དེ་སེམས་ལ་བྲིས་ཟེན་པ་དག་ཁོར་བརྩན་ནས་
བསམ་ཚུལ་ཅི་ཞིག་བཤད་པར་ཉན་བསམ་མོད། ཚུག་ཡིག་ཁོར་
མ་བརྩན་གོང་ཁོས་ཡང་བསྐྱར་ཁ་གྲགས་བྱུང་།

“བརྩམས་སྐྱུང་ཞིག་གི་ཆེད་དུ་དེ་འདྲའི་དཀའ་ལས་བརྩུབ་ནས་ཅི་
བྱེད། དེ་ལས་དབྱེན་ཡིག་འདི་ན་གྱུར་སོང་ནས་དབྱེན་ཇི་སྐྱུངས་
ན་ཡག་ས་རེད།” ཟེར། ཁོས་སྐད་ཆ་དེ་འདྲ་ཞིག་བཤད་རྒྱུ་ཡིན་
པ་སེམས་ཀྱི་གཏོང་ལའང་མ་དན། ངའི་སྤྱི་གཙུག་ནས་རྒྱང་མཐིལ་
བར་ཆ་རྒྱ་བས་ཤིག་དག་ཏུ་འཕྱར་བྱུང་བས་ཆ་བར་ཁག་དཀྱིས་ཏེ་
ལོ་བས་ཕྱོགས་ཀྱིས་སྒྲེལ་བྱུང་བྱེས་པ་ན། བསེར་བུ་ཞིག་དང་མཉམ་
དུ་དུག་སྐྱུང་འགའ་ནང་དུ་འཕྱར་ཡོང་སྟེ་དོག་དོང་དང་ན་ལམ། རྒྱང་
ལག་སོགས་གང་སར་བབས་ཏེ་སུན་གཙོར་བྱེད་ཀྱིན་འདུག
ལུན་ཙམ་ལ་བསམ་མཐོ་བཏང་ཤིང་། ངས་ཁོ་རང་གི་བསམ་ཚུལ་
ཡོངས་སུ་རྟོགས་འདོད་དེ། “སྤྱིར་ཁྱོད་ལ་བསམ་ཚུལ་ཅི་འདྲ་ཞིག་
ཡོད། ང་ལ་གསལ་པོ་ཞིག་བཤད་ན་ཆོག་གསལ།” ཞེས་དྲིས་པར་
ཁོས་བསམ་མཐོ་ཅི་ཡང་མི་གཏོང་བར། “ཁོད་ཡིག་གི་དེ་བཅིག་

ཡིན་ན་ཉོ་མཁན་ཞིག་པར་ཞོག་པར་སྤྲད་ཀྱང་མི་ལེན་པའི་དུས་ཆོད་
རེད། དེ་བས། ང་ཆོ་ཁ་ཤས་ཤིག་གིས་བྲིས་ཆར་རྩིས་སྒྲིག་མཁན་
ཡང་ང་ཆོ་མ་གཏོགས་མེད་པས་བསམ་མཐོ་ཞིག་བཏང་ན་དགོད་ཤོ་
བཞིག་རེད། གང་ལྟར་དེའི་སྐོར་ཆེད་ན་ཡིད་སྦྱོར་བཞིག་ཀྱང་རེད།
དང་དེའི་སྐོར་ལ་གཞི་ནས་སུན་གྱི་”

“འོན་ཀྱང་། ངས་རྩལ་སྒྲིག་པར་ཁས་བླངས་ཟེན།”
“རྩལ་སྒྲིག་པ་ཞིག་ལ་ཁས་བླངས་ནས་འགལ་སོང་བར་ཏེ་ལས་རྒྱ་
ཅི་ཡོད། ང་ཆོས་ལྟ་དང་བླ་མ་དཔལ་དུ་བརྩུགས་ནས་ཁས་བླངས་
པའི་དམ་ཆོག་དང་སྒྲོམ་པའང་ཕྱགས་སོད་པ་མིན་ནམ།” ཟེར།
ཞིབ་ཏུ་བསམ་ན་དེའང་མིན་རྒྱུ་མེད་པ་འདྲ། ཉིན་དེ་ནས་བཟུང་
སྐར་ཡང་འདྲ་ཤིས་གསུམ་པའི་རྣམ་ཐར་བསྐྱུངས་བསམ་མོད། ཀྱན་
དགའ་འཇམ་དཔལ་མཐོང་ཐེངས་རེར་ཁྱོད་ལ་ཅི་ཞིག་ཆད་ཡོད་
པ་ལྟ་བུའི་ཆོར་སྐྱུང་ཞིག་གིས་འགྲོ་བདེ་འདུག་པའི་ཞིག་མི་སྟེར་
བས། ཡང་བསྐྱར་བརྩམས་སྐྱུང་དེའི་མགོ་མཇུག་བར་གསུམ་ལ་
བསམ་མཐོ་མི་གཏོང་ཀ་མེད་བྱུང་།

ཉིན་འགའི་རྗེས་སུ་བརྩམས་སྐྱུང་ཐབས་ཆག་གི་མཇུག་ཕྱུ་ཆུགས་
ཀྱིས་རྩོགས་པར་བྱས་པ་ན། དཔག་ཏུ་ཁྱུང་པོ་ཞིག་ཤོག་སོང་བ་ལྟ་
བྱའི་སྒྲོ་སྐྱུང་ཞིག་དང་བཅས་ཏེ་ཆེ་རིང་ལོ་བརྩུ་ཡོད་སར་སོང་།

“ཆ་བཤད་འདྲ་ཆེ་གི་ ཉལ་མི་འཇུག་པར་ཅི་བྱེད། ཁ་སང་དེ་
རིང་ཁོད་ཡིག་ལ་དེ་ཙམ་འབྲེལ་འདྲིས་མེད་” ཟེར། ངས་ཁོའི་
བསམ་ཚུལ་ལ་ཉན་བསམ་མོད། རེ་བརྗོང་ཟད་དུ་བྱུང་སོང་། ཕྱིར་
འགྲོ་བཤམ་བྱེད་དུས། “ཨ་ལ། ཀྱུ་རེ་ཡིན། རྒྱར་འབྱེར་ཤོག་
དང་།” ཟེར།

རྩལ་ཡིག་ཁོའི་ལག་ཏུ་འཇོག་སྐབས་ཁོས། “མི་ཆང་མ་བོད་
ཡིག་ཟེར་དུས། མགོ་ན་བའི་སྐབས་ལ་སྒྲེབས་འདུག་ ཁྱོད་ཅི་
འདྲའི་ཁྱད་མཆར་ཞིག་རེད་ཨང་། ཁོང་མཆོང་ལངས་ལངས་བྱས་
ནས་ཅི་ཡན།” ཟེར་བཞིན་ལྟ་འགོ་བརྩམས་སོང་།

ཡུང་ཙམ་འགོར་རྒྱུ་། ཁོས་བསམ་སྒོ་ཞིག་བཏང་ནས། “ཡུལ་
སྒྲོངས་བཞོད་འབྲི་བྱས་མེད་པ་དེ་སྒྲོན་ཆ་ཞིག་མིན་ནམ་སྙམ།”
ཟེར། ཁོས་དེ་དུང་མུ་མཐུད་དུ་ “ཁྱོད་ཀྱིས་རྩོམ་ཡིག་ཅི་འདྲ་
ཞིག་བྲིས་ཀྱང་བཅུ་དྲུག་གི་སྒྲོར་མ་གཏོགས་མི་འབྲི་བ་དེ་ཁྱོད་ཀྱི་
ངན་ཞིག་རེད།” ཟེར།

ཆུག་ཅིག་འགོར་སོང་བ་འདྲ། ཉིན་གཅིག་རྩོམ་སྒྲིག་པ་དོ་སྤྲོས་
ཆུ་ཆེ་ལགས་ཀྱིས་རྩོག་ཡིག་དེ་ང་ལ་ཕྱིར་སྤྲོད་བཞིན། “སྤྱང་ནང་
ཡུལ་སྒྲོངས་བཞོད་འབྲི་བྱས་པ་དེས། མི་སྡེ་མེས་མས་ཁམས་དང་
བྱ་བའི་བྱང་རིམ་ལ་རམ་འདོགས་ཀྱི་རྣམས་པ་མ་ཐོན་པར་དོན་མེད་
ལ་བྱལ་དུ་གྱུར་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་དུ་སྤྱང་བས་ཅུང་ཟད་བཟོ་བཅོས་ཀྱག་
རོགས་” ཟེར།

བསམ་སྒོ་གཏོང་གིན་གཏོང་གིན་མེས་ལ་ཐང་ཆད་པའི་ཆོར་
བཞིག་གིས་ཡོངས་སུ་མནན་ཡོང་མོད། ལྷ་ཚུགས་ཀྱིས་རྩོམ་ཡིག་
དེ་བཟོ་བཅོས་ཀྱག་སྐབས་སྒོ་བྱར་དུ་ཁ་པར་ཞིག་སྒྲེབས་བྱུང་།
“ཤེ། སུ་ཡིན།”

“ཅི་རེད། དེ་ཅི་ང་བརྟེན་སོང་ངས།” ཁོ་མོ་ཁོང་ཁྱོ་ཡངས་ཡོད་
པ་འདྲ།

“མེས་ལ་མ་དྲན་པའི་སྐད་ཆ་དེ་འདྲ་མ་བཤད་དང་།”

“ད་ལྟ། ཅི་ཞིག་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད།”

“རྩོམ་ཡིག་ཅིག་ལ་བཟོ་བཅོས་ཀྱག་བཞིན་ཡོད།”

“ཉོབ་པ་ལ། ངས་ཁྱོད་ལ་འདྲི་བྱ་ཞིག་འདུག་”

“ཅི་ཞིག་རེད། ལན་འདེབས་མ་བྱུང་ན་རྒྱུང་མ་ལངས་ཨྱ།”

“ཁྱོད་ཀྱིས་དེ་དུང་རྫོགས་ཀྱི་མེད་པའི་ལས་ཀ་དེ་མཚམས་འཇོག་
ཀྱི་མིན་ནམ།”

ཁོ་མོའི་སྐད་ཆ་དེས། ང་རེ་ཞིག་ཏད་དུ་བརྟུག་

སྒྲོན་ཆ་དེད་གཉིས་ཀྱིས་སྒོ་བྲུག་ཅིག་དུ་སྒྲོབ་གཉེར་བྱེད་སྐབས།
ཁོ་མོས་སྐད་ཆ་འདི་འདྲ་ཞིག་ཐེངས་མང་པོར་ང་ལ་འདྲི་བྱུང་།

“ཁྱོད་ལ་མཚོན་ན། རྩོམ་ཡིག་འབྲི་བྱ་དང་ང་གཉིས་ལས་གལ་ཆེན་
དེ་གང་ཡིན།” སྐད་ཆ་འདི་འདྲི་བྱས་ཁོ་མོའི་མེས་ལ་ཅི་ཞིག་ཡོད་
མེད་ལ་ངས་བསམ་སྒོ་བཏང་སྐྱོང་མེད། “བུ་མོ་ཞིག་འཆོལ་བྱུར་དགའ་
ང་ལ་ཅི་ཞིག་འདུག་ ང་ལ་མཚོན་ན་རྩོམ་ཡིག་འབྲི་བྱ་ལས་གལ་ཆེ་ཞིག་
གང་ན་ཡོད།” ཅས་སྤང་མེད་དུ་དེ་ལྟར་ཀྱ་རེ་ཅེས་པ་ཡིན། ད་ལྟ་
བསམ་ན་བུ་མོ་ཆོའི་མེས་ལ་ཅི་ཞིག་བྲན་གྱི་ཡོད་མེད་ལ་དོ་སྤྲོང་རེ་
ཅིས་ཀྱང་བྱེད་དགོས་པ་འདྲ། ཉེ་ཆར་བོད་ནང་གི་དུས་དེ་བཅིག་དུ་
སྒོ་བཟུང་འགྲིམ་བཞིན་པའི་བུ་མོ་ཞིག་གིས་རང་གི་དགའ་རོགས་ལ་
“དེད་གཉིས་འགྲོགས་ནས་ལོ་འདི་དག་གི་རིང་ལ། ཁྱོད་ཀྱིས་མགོ་
སྐྱར་ནས་སྙན་ངག་འབྲི་བ་ལས། ང་ལ་ཁ་ལྟ་བུའདྲ་པ་ཏ་ཅང་ཉུང་། དེ་
རིང་ནས་བཟུང་ང་གཞན་དང་འགྲོགས་ཀྱི་ཐག་བཅད་བྱིན། ད་ནས་
འུ་གཉིས་ལ་འབྲེལ་བ་ཅི་ཡང་མེད་” ཅས་པའི་འབྲིན་བྱང་ཞིག་བཞོད་
འདུག

“ཤེ། ཁ་གྲགས་དང་།” ཁ་པར་ལས་ཁོ་མོའི་སྐད་ཡང་བསྐྱར་
གྲགས་བྱུང་བས། ང་གཉིད་ལས་སད་པ་ལྟར་བྱས་སོང་། དེའི་ཆུར་
ངས་ “སྒོན་ཆ་དང་སྐྱོད་ཀྱི་མེས་ལ་མ་ཁ་ཁ་འདྲ་བཟོས་ཡོད་ན་
དགོངས་དག་ ཁྱོད་ཁོ་ན་ངའི་ཡོད་ཆད་ཡིན་པས། གལ་སྲིད། ཁྱོད་
མེད་ན་ང་གསོན་ཀྱང་བདེ་སྐྱིད་ཅེས་པ་ཞིག་སྒྲོང་བྱུང་བས། སྐུ་མཁྱེན།
ང་ལ་གོ་སྐབས་ཤིག་སྤྲོད་དང་། ད་ནས་བཟུང་ངས་ཁྱོད་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཅི་
ཡང་བྱེད་ཆོག་ ང་ལ་ཡོད་ཆེས་ཀྱིས་དང་།” ཞེས་བཤད་པ་ན་ཁོ་མོ་
ཡོངས་སུ་བཟེ་སོང་བ་འདྲ། “ཆོག་འདི་འདྲ་ཞིག་དེ་རིང་བར་དུ་ཁྱོད་
ཀྱི་ཁ་ནས་གོ་སྤྲོད་མེད། ཁྱོད་བཟེ་མེད་ལྟ།”
“ཡིན་དེ་ཡིན།”

མི་འདོད་བཞིན་རྩོམ་ཡིག་ཆང་མ་བསྐྱུ་གསོག་བརྒྱབ་སྟེ་གད་སྙིགས་
གཡུག་སར་སོང་། ཕྱིར་འཁོར་བ་ན། ཁོར་ཡུག་གི་གཙང་སྒྲོད་དམ་
པས། “ཤོག་བྱ་མེར་སྟེག་དགོས་པ་རེད། ཆར་པས་བངས་ཆེ་སྟེག་
དགའ་ཡི་རེད།” ཅས་པ་ཐོས་མ་ཐག་ཡིན་མདོག་མདོག་གིས།

“ང་འབར་ཞུན་ཉི་མོ་ཡོད།” ངས་དེ་ལྟར་རྒྱུ་ཞིག་བཤད་
དེ་ཐག་ཉི་མོ་ཆོང་ཁང་དུ་འདྲུལ།

“ཅག་སྒྲིག་ཆོང་ས་དང་།” དེ་ལྟར་སྒྲིག་རྒྱུ་མཉམ་པའི་ནང་
ལོགས་ན་སྒྲིག་མ་གཅིག་ཀྱང་མི་འདུག་པས་མཉམ་དུ་སྒྲིག་བྱུང་དེ་
ཡང་བསྐྱར་ཤོག་བྱུང་དེ་དག་འབྱུང་སྐབས་ཤིག་སྒྲིག་ཆོང་མ་སྒྲིག་གསེབ་
དང་བར་སྒྲིག་གང་སར་རྒྱུ་ཞིག་འབྱུང་བཞིན་འདུག་པས་ང་ཉིད་
སྐབས་དེར། རྒྱུ་ཞིག་སྒྲིག་ནས་ “མེ། ཅག་སྒྲིག་དགོས་
སམ། ཁྱོད་ལ་ཅི་ཞིག་བྱུང་སྐབས་ཤིག་” ཆོང་པས་དེ་ལྟར་སྒྲིག་གི་
གིན་འདུག།

“དངོས་གནས་ང་ལ་ཅི་ཞིག་བྱུང་སྐབས་ཤིག་” རང་དབང་མེད་
པར་ང་རང་སྒྲིག་བྱུང་དེ་དག་གི་ནང་དུ་རྒྱུ་ཞིག་སྐབས་ཤིག་

བྱིས་རྒྱུ་ཞིག་གཏམ།

ངའི་མ་ལུ་ལ་དུ་འདི་འདྲིའི་བཤད་སྒྲིག་ཞིག་ཡོད། མའི་ཁ་ལ་ཉན་
རྒྱུ་མང་དགས་ན། ཉན་ཞིག་མ་གཏིག་ཡང་རྒྱུ་ཞིག་སྐབས་ཤིག་
མ་རེད་ཅེས་དང་། གཏམ་དཔེ་གཞན་ཞིག་ཀྱང་ཡོད་པ་རྒྱུ་ཞིག་དུ་

གན་གཞོན་ཆོང་མས་རྒྱུ་ཞིག་དུ་ཡོད་དེ། མི་སྒྲིག་མང་
གིས་དོན་མི་འགྲུབ། ཁབ་ཅེ་གཉིས་ཀྱིས་འཆོམ་པོ་མི་ཡོང་ཞེས་
པ་དེ་ལོ།

གཏམ་དཔེ་འདི་གཉིས་ཆོམ་གྱི་ཤུགས་ཀྱི་བརྒྱན་དོན་དུ་བཞག་སྟེ།
རང་ཉིད་འཆོམ་པའི་སྒྲིག་གསེབ་དང་ཉན་འཆོམ་པའི་ཁོར་ལུག་གི་
མཐོང་སྐབས་ཀྱི་གསུམ་དུ་ཡོང་བའི་བྱུང་དངོས་དག་ལ་སྒྲིག་པ་འཆོམ་
རེ་བཏགས་ཏེ་ཤོད་སྒྲིག་ཡིག་གི་ལས་དབང་མཆོན་པའི་སྒྲིག་བྱུང་
འདི་རྒྱུ་ཞིག་ཅེ་ནས་ལུང་ཀྱང་། རང་ཉིད་ལ་ཆོམ་པའི་ཉམས་སྒྲིག་
ཞན་པས། རྒྱུ་ཞིག་གི་ཆོག་གིས་བརྒྱན་དོན་ལ་སྒྲིག་པ་ཆེ་བའམ།
བརྒྱད་བྱུང་གི་ཤོད་ཐབས་མེད། ཆོག་སྒྲིག་རྒྱུ་ཞིག་སྐབས་ཤིག་ཐད།
ཞན་སྒྲིག་གང་ཡོད། ཉན་དེ་ཉིད་ཀྱི་མཐུ་བཅན་ཞིང་སྒྲིག་ཐུ་ཤོར་
གནས་པའི་སྒྲིག་ཏེ་ཉི་མོ་དགེ་སྒྲིག་ནམ་པས། ལོགས་སྒྲིག་ཉི་མོ་
འགོག་གི་བསྐབས་བྱ། འདྲིའི་སྒྲིག་ཅེ་ནས་ལུང་མེད་པར་རྒྱུ་ཞིག་
ཤོར་སྒྲིག་པའི་རེ་སྒྲིག་སྒྲིང་ནས་ལུང་པའི་ཞིན་ཡོད།

རི་རྒྱུག

གཡུ་སྒྲིག་ རིག་གནས་ལོ་རྒྱུས་ལྟར་པ།

༡༥

དེ་རིང་གི་གནས་གཤིས་ཏ་ཅང་གང་མོ་ཞིག་སྟེ། དོན་
བྱུང་གི་སེམས་པ་ཡང་གང་ཤུར་ཤུར་གྱི་མལ་ལས་སྒྲིག་མ་ཐག་
ཡོད་ཀྱི་མེ་ལོང་ངོས་སུ་དེ་རིང་གི་ཉིན་མོ་འདི་ཁ་སང་ལས་ཐེད་
སྒྲིག་ལོགས་པའི་གྲུ་བྱུང་བའི་རེ་སྒྲིག་ཏེ་བཞིན་ཞིགས་རེར་
རོལ་སྐབས། རྒྱུ་ཞིག་དུ་སྒྲིང་བསམ་སྒྲིང་མོ་ཞིག་གི་ཁྲགས་ནས་

ཁ་སང་མཐོང་བའི་བྱུ་མོ་དེའི་གཟུགས་ཞལ་གསལ་ལྟར་དེར་མིག་
མདུན་དུ་འཆར་ནས་ཤོང་བའི་མོད་ལ། སེམས་པ་དེ་ལ་ཡང་ནམ་རྒྱུན་
ལྟར་མ་ཡིན་པའི་སེམས་ཆོར་ཞིག་སྟེ། དེ་ནི་ཁོ་ཤོས་མདང་དགོང་
བྲིས་པའི་འཕྲིན་ལྷག་དེ་ཁོ་མོའི་ལག་ཏུ་ཅི་ལྟར་སྒྲིག་པའི་སེམས་
ཁྲལ་ལྟར་མ་དེས་རེད། འདི་ལྟར་བདུན་ཕྲག་གཅིག་འགོར་བའི་
དེ་རིང་གི་ཉིན་མོ་འདིར། ཁོ་ཤོས་སེམས་འཕྲིན་དེ་དག་ཐོང་ཁོ་མོ་

ཉེ་ལུ་མེ་ཉི་མའི་མིག་མདུན་དུ་ཐུབ་ཡོད་པ་འདྲ། དེ་ནི་ཁོ་
པོའི་གདོང་གི་འཇུག་མདངས་དེ་སྔོན་ལས་ངེ་རྒྱས་སུ་སོང་ཡོད་པ་
དེ་རེད།

དོན་གྲུབ་ནི་གཞི་རིམ་སློབ་ཁྲུང་ཐོན་ཡོད་ལ་ཁྲིམ་ཚང་
ཡང་རུང་ལེགས་པོ་ཞིག་གི་ཕུ་གཅིག་ཕུ་དེ་ཡིན། ཁོ་ནི་སྒྲུ་གཟུགས་
མཚར་པའི་ཕོ་གཞོན་རང་ལོ་ཉི་ཤུ་ལ་སོན་པའི་ཡིན་ལུགས་ཚུལ་
ལྡན་གྱི་ཕ་མར་བརྟེན་པུར་ཆེ་པའི་ཕུ་ཐུག་པམཐང་པོ་ཞིག་ཡིན། དེ་
པའི་ཞུ་བ་ལ་ལུས་གཉིས་ནི་ཆོས་དང་ཆེ་པའི་སེམས་པམཐང་ཉམ་རྒྱུང་
གི་ཁོང་པ་ཞིག་གོ། ཕ་ཡིས་ཁོང་ལས་ཀྱི་ཁོར་ལ་གིང་བཟོ་བྱེད་
ཀྱི་ཡོད། མ་ཡང་རྒྱན་དུ་ནང་ལས་དང་སྐབས་རེ་རེ་ཁོང་ལས་ལ་
བརྟེན་པའི་བྲམས་ལྡན་ཞིག་སྟེ། དོན་གྲུབ་ནི་ཕ་མ་འདི་གཉིས་
ཀྱི་ཁོག་ནང་གི་ཕུ་གཅིག་ཕུ་དེ་ཡིན་པས། ཁོང་རྒྱལ་གཉིས་ཀྱི་ཡིད་
ཆེས་བྱེད་ས་དང་སྒོ་གཏད་སའི་ཕུ་ཐུག་ཅིག་ཡིན། དོན་གྲུབ་ཀྱི་
ཡིད་སེམས་ནི་ཕུ་མོ་ཉི་མའི་དབང་མེད་དུ་ཕྱོགས་ནས་ཁོང་དང་
འགྲོགས་ཀྱི་ཁོ་ན་བསམ་པའི་ཐབས་ལ་བརྟེན་པའི་ཞུ་བ་ཆོད་ཀྱི་
ལོ་རྒྱུ་ཟད། ཕུ་མོ་ཉི་མའི་རྒྱུང་དུ་ས་ནས་ཕ་མ་གཉིས་གྲོངས་ནས་
དུ་ཐུག་ཅིག་དང་མོ་མོ་སྒྲོལ་མས་གསོ་སྦྱོང་འོག་ད་གཟོད་ལང་ཆོའི་
དཔལ་ལ་མེ་ཏོག་བཞད་པ་རྩེར་དགུ་གཉིས་བཅོ་བརྒྱད་ཀྱི་མཛེས་
མ་སེམས་པམཐང་ཅན་ཞིག་ཡིན་པའི་ཁར། སྦྱོང་པ་མཛེས་ཤིང་བག་
ཡོད་ཉམ་རྒྱུང་ཅན་ཞིག་ཀྱང་ཡིན་པས། དོན་གྲུབ་ཀྱིས་བསྐྱར་
པའི་དཀར་གཙང་གི་སྟོང་གཏམ་དང་རྩེད་མེད་པའི་བརྟེན་དུང་གི་
མཛེས་ལྷག་གིས་ཁོ་མོའི་སེམས་ཀྱི་མེ་ཏོག་གི་བྲི་བསྐྱར་དམར་པོ་
རང་དབང་མེད་པར་དོན་གྲུབ་ཕྱོགས་སུ་ཤོར་ནས། རང་ཉིད་ཀྱི་
གནས་སྤངས་སྒྲོལ་པའི་བསམ་པ་བཞིན། གཤམ་ཏེ་དོན་གྲུབ་དང་མཉམ་
གཤིབ་བྱས་ན། ཁོང་གི་མི་ཆེ་གང་པོ་ཐུག་ནང་དུ་རྒྱུང་རྒྱུ་ལས་
ཁོང་གི་མི་ཆེ་ལ་བདེ་སྦྱོང་བསྐྱེད་མི་ཐུབ་པར་དགོངས་ནས། རེ་
ཞིག་ཁོང་གཉིས་ཀྱི་བརྟེན་དུང་ནི་ལམ་སྟན་གྱི་རྒྱུང་བྱས་པར་གཤོ་

ཆུར་གཤོའི་ངང་ནས་ལུས།

༡༩

ཆུ་ཆོད་ནི་ཅི་འདྲའི་མགྲོགས་ཨང་། ལོ་རྒྱུ་རིང་མོའི་

འཁོར་ལོ་རིམ་གྱིས་རྒྱུ་གས་ཤིང་། ཁོང་གཉིས་བར་ལ་བརྟེན་
དཀར་པའི་གཟུགས་མེད་བརྟེན་དུང་གི་ཐུ་གུ་རིམ་པའི་ན་འབྲུག་ཤིང་།
གཅིག་གཅིག་ལ་དུངས་པའི་བརྟེན་དུང་དེ་མིག་དང་མིག་རྩུར་གྱི་བར་
གསེབ་ནས་མི་འགྱུར་པའི་དམ་བཅའ་བརྟན་པོ་བཞག་ནས་མི་ཆེ་
མཉམ་སྦྱེལ་བྱེད་འགོ་བརྩམས། ཁོ་པོས་ཉི་མ་ལ་བཅངས་པའི་བརྟེན་
དུང་ནི་དོ་ལ་རི་མོ་བཞོས་པ་པའི་ན་མ་ཡང་འགྱུར་པ་མེད། ཁོས་
རྒྱན་དུ་བསམ་ཀྱང་དང་བརྟེན་ཀྱི་ནི་མའི་བརྟེན་དུང་གི་ལོ་རྒྱུད་ཞལ་
རས་དཀར་པོ་ལས་གཞན་མེད། ཉི་མས་ཀྱང་ཟབ་མོའི་བརྟེན་དུང་
གི་མི་ཆེ་ལ་བདེ་སྦྱོང་གསར་དུ་བསྐྱེད་རྒྱུའི་རེ་བ་དང་རང་གི་རང་
ལ་དམ་བཅའ་བརྟན་པོ་ཞིག་གིས་འགྱུར་མེད་ཀྱི་སེམས་པ་དམར་
པོ་དེ་ད་ཆ་དོན་གྲུབ་ལ་འབྲུལ་རྒྱུའི་རང་ཐག་བཅད་ནས་ཁོ་པོས་
བཏང་པའི་གསང་ཡིག་དག་ལ་སེམས་པ་སྦྱོང་པོས་སྐྱར་སྒྲོག་བྱས་
རྒྱུ་རང་དབང་མེད་པར་ཁ་ནས་ “ཅ་ཆེན་གྱི་གསང་ཡིག་ལགས།
ཁྱོད་ནི་ང་གཉིས་བར་གྱི་གསེར་ཟམ་ཞིག་དང་གཉིས་སུ་མ་མཆིས།
ངས་ལུན་རིང་རེ་སྐྱག་བཅངས་པའི་མཛེས་ལྷག་ལགས། ཁྱོད་ཀྱིས་
ཉིན་མཚན་དབྱེ་བམེད་པར་ཐབས་ཤེས་སྒྲུ་ཆོག་གིས་ཀྱིས་དེད་གཉིས་
མཛེས་ལ་ཐབས་བྱས། སྐབས་དེ་དུས་ཁྱོད་ནི་དེད་གཉིས་བར་གྱི་ཕོ་
ཉི་མའི་ཡིན་པས། ངས་ལག་གཉིས་ཐལ་མོ་རྒྱར་ནས་དུངས་གཙང་
ཁ་བཏགས་དཀར་པོ་ཞིག་ཁྱོད་ཉིད་ལ་ལེགས་སྦྱེས་སུ་འབྲུལ་ལགས།
ཁྱོད་ཀྱིས་དེད་གཉིས་ལ་གསང་པའི་བརྟེན་དུང་གི་འཛོལ་གོ་བཅུགས།
ཐུགས་རྗེ་ཆེ་གསང་ཡིག་ལགས།” ཞེས་སྒྲོ་སྟོང་ཕྱི་པོས་སྐྱས།
མོས་དང་ཐོག་དོན་གྲུབ་ལ་དེ་ཅམ་གྱི་བརྟེན་དུང་མེད་ཅིང་། རྒྱུ་
སུ་ཉི་མའི་སེམས་པ་དེ་དོན་གྲུབ་ཕྱོགས་ལ་ཤོར་ནས། དོན་གྲུབ་
མེད་ན་རང་སེམས་སྟོང་པའི་རང་པའི་ནན་དུ་གྱུར་ཡོད། འོན་

ཀྱང་འཇིག་རྟེན་ཁ་དཔེ་ལྟར། “མི་ལ་བསོད་ནམས་མེད་ན་གསེར་
ཡིན་ཡང་བྱེ་མར་འགྱུར།” ཞེས་པའི་དཔེ་ལྟར། རྟོན་གྲུབ་ཀྱི་པ་
མ་གཉིས་ནས་བྱ་ལ་ཡུལ་གཞན་ཞིག་ནས་མནའ་མ་ཞིག་བཅའ་ཟིན་
པས་ད་དྲུང་མུར་དྲུ་ཆང་ས་རྒྱག་རྒྱུའི་གཞིག་བྱེད་ཀྱིན་འདུག་པ་
མ་ཟད་ཉིན་དེའི་མྱོན་དོན་གྲུབ་ཀྱི་ཨ་མས་བཤད་པའི་སྐད་ཆ་དེ་
ཡིད་ལ་བྱན་ནས་འོང་། ཉི་མ་ཁྱེད་རང་གཅེན་པོའི་ཆང་སའི་ཉིན་
ངས་པར་དྲུ་ཡོང་དགོས། ཉིན་དེ་ནི་ཁྱེད་ཀྱི་གཅེན་པོའི་བྲག་གིས་
པའི་ཉིན་ཡིན་པས་ཁྱེད་ནས་བྱན་པ་མ་བཤེད།” ཅས་པའི་བཀའ་
མོལ་ཡིད་ལ་དབང་མེད་དྲུ་འཆར།

༡༢

ད་ཆ་པ་མ་གཉིས་ཀྱིས་དོན་གྲུབ་ཀྱི་མའོངས་པའི་མི་ཆེ་དོན་
ཆེན་དང་ཁོང་གི་འཕྲིན་གཉིས་ལ་བྱམས་སྐྱོང་ཆེ་བའི་མནའ་མ་ཞིག་
མུར་དྲུ་བསུ་བར་རེ་སྒྲིག་གནང་ནས་བཞུགས། དོན་གྲུབ་ཉིན་འགའ་
ཡུལ་གཞན་དུ་ཕྱེབས་མཁན་ཡིན་པས། ཡིད་ལ་དེ་ཙམ་གྱི་བདེ་བ་མེད་
པས། ཉི་མ་དང་ལྷན་དྲུ་འགྲོ་རྒྱུའི་རེ་བ་བྱས་ཀྱང་། ཉི་མས་དོན་དོ་
མ་དེ་མཁྱེན་པས། ད་ཆ་དོན་གྲུབ་ལ་གཡོལ་ནས་རང་གི་ལྷན་མེད་
བཅེ་དྲུང་ལ་སྒྲིང་རྩེ་ནས་དོན་གྲུབ་དང་རྒྱུང་ཐག་རེ་རིང་དྲུ་གཏོང་
བ་ལ་འབད་ཀྱི་ཡོད། དོན་གྲུབ་ཀྱིས་ཉི་མའི་གམ་དྲུ་བཅར་ནས་
ལྷོདོན། “ཉི་མ་ལགས། ང་ཉིན་འགའ་ཞིག་ཕྱི་ལོག་དྲུ་འགྲོ་དགོས་
པས། ཁྱྱོད་དང་མཉམ་དུ་ཕྱེབས་རོགས།” ཞེས་བཤྲོད་པར།

ཉི་མས་ “མིན་ང་ཁྱྱོད་དང་ལྷན་དྲུ་འགྲོ་བའི་བསོད་ནམས་
མེད་ལ་ཁྱྱོད་དང་ལྷན་དྲུ་འགྲོ་འདོད་མེད་” ཅས་བཤྲོད་པ་ཙམ་ལས་
དོན་དངོས་དེ་དོན་གྲུབ་ལ་བཤད་མ་བྱུང་པས། ཉི་མ་ལ་མཆོད་ན།
ཉིན་དེ་ལས་སྐྱོ་བ་དང་སྐྱོ་ཕམ་པ་ཞིག་སྒྲིན་ཆད་བྱུང་སྐྱོང་མེད།
གཞན་ཡང་དོན་གྲུབ་ཀྱི་ཡབ་ཡུམ་གཉིས་ཀྱིས་ཁོང་གཉིས་ཀྱི་བཅེ་
དྲུང་ཟབ་མོ་ལ་བྲུགས་བཅེ་བའི་དགོངས་པ་མ་བཞེས་པ་གང་ཡང་
མིན། ཁོང་གཉིས་ཀྱིས་ཉི་མ་ནི་རང་གི་གནས་ཆད་པའི་ཕུ་གུ་ཞིག་

དང་དོན་གྲུབ་ཀྱི་གཙུང་མོ་དོ་མ་ཞིག་ལ་བཅེ་བཞིན་པས་རེད། འོན་
ཀྱང་ཁོང་གཉིས་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་དྲུངས་པའི་དགའ་གྲོགས་
ཞིག་ལས་གཅིན་གཙུང་གི་འབྲེལ་བ་དེ་མེད།

ཉི་མའི་སྐྱོ་སྒྲིག་གི་མི་ཆེའི་འཆོ་བ་སྐར་ཡང་འགོ་བཅུགས་སོང་།
སྐྱོན་ཆད་ལ་མ་དང་བྲལ་བའི་སྒྲིག་བསྐྱེད་དང་ད་ཆ་དགའ་གྲོགས་
དང་བྲལ་བའི་སྒྲིག་བསྐྱེད། མདོར་ན་ཉི་མའི་མི་ཆེ་གང་པོ་སྒྲིག་
བསྐྱེད་རྒྱ་ཆེའི་མིག་རྒྱུའི་འོག་ནས་འཆར་ལོངས་བྱུང་བའི་བྱ་མོ་
ཞིག་གོ། ད་ཆ་ཉི་མའི་བཅེ་དྲུང་ལ་བར་ཆད་གོར་པ་རེད། དོན་
གྲུབ་འགྲོ་ཁར་ཉི་མས་སྐྱས་པ། “ཡུན་རིང་འགྲོགས་པའི་བཅེ་བའི་
སྒྲིང་གྲོགས་ལགས། ངའི་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་ད་ཆ་ཁྱེད་ལ་ཐུལ་
ཟེན་ཀྱང་། ཁྱྱོད་ནི་ང་དང་བྲལ་ནས་ཡུལ་གཞན་དུ་ཕྱེབས་མཁན་
ཡིན་པ་དེད་གཉིས་ཀྱི་བཅེ་དྲུང་གི་བར་ཆད་ཐོག་མ་དེ་ཡིན་པས།
ཁྱྱོད་ལ་བྱ་བ་ལམ་འགྲོ་ཡོང་བ་གོ།” ཅས་ཁྱེད་མིག་གཉིས་
ནས་མཆེ་མས་གལས་སྐྱོར་རྒྱག་བཞིན་འདུག།

དོན་གྲུབ་ཀྱིས་སྐྱས་པ། “ཉི་མ་ལགས། ཁྱེད་རང་བྲུགས་ཁྲལ་
གནང་མི་དགོས། ང་ནི་ཉིན་གསུམ་ཁྱེད་ལོང་ངའི་ཁྱྱོད་དང་
བྲལ་ནས་འགྲོ་དགོས་པ་ངའི་ཡབ་ཡུམ་གཉིས་ཀྱི་བཀའ་ཡིན་པ་ལས་
ངེད་གཉིས་གཏན་འབྲལ་མིན། ང་ཚུར་འབྱོར་རྩེས་ཡབ་ཡུམ་གཉིས་
ལ་གསལ་པོ་ཞུས་ནས་མུར་དྲུ་ཆང་ས་རྒྱག་དགོས་” ཞེས་ཡིད་
ཆེས་ཆེན་པོས་བཤྲོད།

༡༣

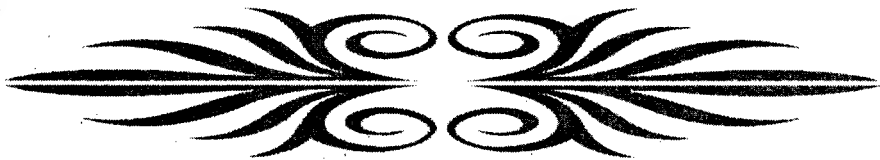
ད་ནི་ཉི་མའི་སེམས་ནི་ཉ་མོ་ཆུ་དང་བྲལ་བ་ལྟར་སྐྱོ་ལྟར་
ངར་ལུས། དེ་རིང་ནས་བཟུང་དོན་གྲུབ་ནི་བདག་ཡོད་མི་ཞིག་
ཆགས་དུས། ཁོང་གཉིས་ཀྱི་མི་ཆེ་ལ་བར་ཆད་བཏང་ན་མི་འགྲིག་
པས་ད་ཆ་ཡུལ་དང་བྲལ་ནས་མི་ཆེ་སྐྱོལ་མའི་པར་དྲུ་ལོག་འདོད་པ་
ལས། སྐར་ཆ་གཅིག་ལ་འདང་གནས་འདིར་བསྐྱེད་ན་གིན་དུ་རིང་
པོ་ཞིག་ཆོར་གྱི་ཡོད། ཉི་མ་འགྲོ་ཁར་དོན་གྲུབ་ལ་འཕྲིན་ཡིག་

ཅིག་བཞག་ཡོད་པའི་ནང་དོན་ནི་འདི་ལྟར། བཅོམ་པའི་གྲོགས་
བཟང་ལགས། བྱེད་རང་ཡུལ་དུ་ལོག་དུས། ང་མལ་ཆེར་རང་
ཡུལ་དུ་ལོག་ནས་ཆང་ས་རྒྱག་མཁན་ཡིན་པས། བྱེད་རང་གིས་
ང་ལ་འདྲེ་བ་ནས་ཡང་མ་གཞན་འོགས། ང་ཡང་བྱེད་ལ་འདྲེ་བ་ཟད་
སོང་། ངས་བྱེད་རང་མཐོང་འདྲོད་ཅ་བ་ནས་མི་འདུག་ མདོར་
ནང་བྱེད་ལ་ཞེན་པ་ལོག་སོང་། ད་ཆ་ངའི་སེམས་པ་ནད་པ་ཆགས་
སོང་། མ་ཟད་སྤྱི་ཕྱི་མ་གཏོགས་བྱེད་ཀྱི་སེམས་པ་ཡང་དེ་ལྟར་
ཆགས་རྒྱུ་ཡིན་པ་ངས་ཤེས་ཀྱི་ཡོད། ཅེས་བྲིས།

སེམས་སྒྲིབ་པའི་འཕྲིན་ལྷག་དེ་དོན་གྲུབ་ཀྱི་ལག་དུ་འཕྱོར་
བནས་བཟུང་། དོན་གྲུབ་རང་ཉིད་སྒྲོ་ཕྱི་མ་དང་བཅས་དེ་ནི་ཉི་མའི་
སེམས་ནང་གི་སྐད་ཆ་མིན་པ་ཤེས་ཏེ་ལམ་སངས་ཉི་མའི་བྲིས་དུ་བྲིས།
ཁོང་གཉིས་སྐྱབས་ཤིང་། དོན་གྲུབ་ཀྱིས་ “བྱེད་ལ་དེ་དག་སྤྲོ་ཞིག་
གིས་བསྐྱབས་བྱུང་། བྱེད་དང་ང་གཉིས་མི་ཆོ་ནད་གཏན་གྲོགས་
ཀྱི་དམ་བཅའ་དེ་དེ་ཆགས་དུ་ཡོད། བྱེད་ཀྱི་ངའི་བཅོམ་བ་ལ་ཅེད་
མི་ཅེད་པར་ང་སྒྲོ་ཕྱི་མ་དང་བྱེད་ཀྱི་དེ་ལྟར་བྱེད་དགོས་དོན་གང་
ཡིན” ཞེས་སྒྲུས་པར། ཉི་མས་མིག་ཆུ་གཏོང་བ་ལས་ཆོག་གཅིག་
ཀྱང་མ་བཤད། ཡང་དོན་གྲུབ་ཀྱིས་ “བྱེད་དང་མཉམ་དུ་ལོག་

དགོས་” ཞེས་བཤད་པར། ཉི་མས་ “མིན་དེ་ལྟར་ཡོང་མི་སྲིད།
ང་བྱེད་ལ་ཅེ་བ་ནས་དགའ་ཡི་མི་འདུག། མ་ཟད་ང་མགྲོགས་པོ་
ཆང་ས་རྒྱག་མཁན་ཡིན་པས་བྱེད་དང་ལྟན་དུ་འགྲོ་ན་མི་འགྲིག་”
ཅེས་བཤད་དུས། དོན་གྲུབ་ཁོང་སྒྲོ་ལངས་ནས་ས་ལ་དོག་ཅི་
འགའ་བསྐྱུན་ནས་ཕྱིར་བྱ་འཕུར་བ་ལྟར་བྱད་སོང་བས། ཉི་མས་
དོན་གྲུབ་ཀྱི་རྒྱབ་གཟུགས་ལ་བཞུགས་ནས་སེམས་སུ་ “བྱེད་ཀྱི་བྱ་
བ་ལམ་འགྲོ་ཡོང་བ་དང་མི་ཆོ་དོན་དང་ལྟན་པའི་ཐོག་འཆོ་བ་སྐྱེད་
པོ་དང་བདེ་མོ་ཡོང་བར་སྒྲོ་ན་ལམ་འདེབས་” ཞེས་རང་ཉིད་ཀྱི་
སེམས་སྒྲུག་ཁོང་དུ་སྒྲུབ་ནས་དེ་ལྟར་བཤད།

ཉི་མ་འགའི་ཤིང་སུ་སྤྱི་ཕྱི་མ་དེ་ནི་ཆོས་དོན་གྲུབ་ཡུལ་
ནས་བྱོས་སོང་ཟེར་བའི་སྐད་ཆ་དེ་ཉི་མའི་ན་ཅུར་ལྟར་སོང་བས།
ཉི་མ་དེ་ལས་ཀྱང་སྒྲུག་བསྐྱེད་ལ་ཞིག་གིས་མཉམ་ནས་ཉིན་མོའི་ཟས་
དང་མཆན་མོའི་གཉིད་ཁུག་མི་སྐྱབས་པའི་ནད་པ་ཞིག་དུ་ཆགས་
འདུག་ལ། སེམས་ནང་ན་དོན་གྲུབ་ཕྱིར་རང་ཡུལ་དུ་ལོག་ཞེ་ཡོང་
བས་མས་ནས་ནམ་རྒྱུན་ལྟར་རྒྱུག་བྱས་པ་ལ་འདྲེ་སྒྲུག་བྱས་འདུག





ལྷག་ཕྱོག་གསལ་ཁྱེད་ལྷན་ལོ།

གྱི་མི་ལམ་རེ་རེ་ན་ཆུ་བ་ཏུ་བྱེད་ཀྱི་འདྲུ་མ་ཞལ་རེ་རེ་ཡོད། ནས་འཇིག་རྟེན་འདི་ནས་ང་ལ་སྐྱུག་དང་། ངས་མ་ཁལ་ལམ་
 འདི་ནི་ངའི་གཞུང་རུས་པའི་དཀྱིལ་ལ་འཐིམ་ཟེན་པའི་མ་བུའི་ གྱི་རྒྱུ་བྱ་བ་ཞིན་ནས་བྱེད་ཀྱི་མིག་མདུན་དུ་འཕུར་ཡོད།
 བཅོ་དྲུང་ཡིན། ཨ་མ། བྱེད་ཀྱི་ཆོ་སྲོག་ལྷགས་ཐག་ལ་སྒྲེལ་

རི་སྒྲིབ་ཀྱི་གྲོང་རྒྱུ་དང་ཁོ་མོའི་གསང་བ།

ནུབ་པའི་གསལ་དབང་མོ། རིག་གནས་ལོ་རིམ་གསུམ་པ།

རི་སྒྲིབ་ཀྱི་གྲོང་རྒྱུ་དཔེ་གནའ་དེང་གི་བཅོ་བཏོད་སོགས་
 གྱི་བྱེད་ཆོས་དམིགས་བསལ་ལྟར་པའི་གྲོང་རྒྱུ་ཡང་ས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་
 བཞིག་མིན་ལ་མཛེས་སྤྱད་གི་ཁོར་ཡུག་དང་འཆར་གཞི་ལྟར་པའི་
 ཡིད་ཡོང་གི་བཏོད་པ་སོགས་ཀྱིས་བརྒྱན་པའི་གྲོང་རྒྱུ་ཞིག་ནི་དེ་
 བས་ཀྱང་མིན། གྲོང་རྒྱུ་དཔེ་ར་འགྲོ་ལམ་སོགས་ཏ་ཅང་དོག་པའི་
 ཀླུང་ལམ་གྱི་དབྱེ་བས་ཏུ་བྱེད་ཐོམ་གཞུང་རྒྱུ་རྒྱུ་ཞིག་ཡོད་པ་
 དེར་རྒྱན་དུ་ཏུ་འཕྲུག་བཅའི་ལམ་ཟུར་གྱི་བཞུར་རྒྱུ་དག་དྲིང་
 བས་ཁོར་ཡུག་སོགས་ཏ་ཅང་གཅོང་མ་ཞིག་མིན་ཡང་། དགྲུན་དུས་
 འདབ་དུག་གི་མཆོད་རྟེན་ལ་ཏུ་མོ་དང་དབྱར་དུས་མོ་དྲོད་སྒྲོམས་
 ཤིང་བསེལ་བའི་གནམ་གཤིས་སོགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཕྱོགས་ཀྱན་ནས་
 མི་མང་པོ་ཡོང་བ་དང་ནམ་རྒྱུ་ཕྱི་སྒྲིང་པ་སོགས་ས་ཕྱོགས་འདྲ་
 མིན་ནས་མཛེས་འཕྲད་དང་སྒྲོ་འཆམ་སོགས་རང་རང་གི་དམིགས་
 ཡུལ་སྒྲ་ཆོགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཡོང་བའི་མི་ཏ་ཅང་མང་། གང་ཏུ་
 ཡང་རི་སྒྲིབ་ཀྱི་གྲོང་རྒྱུ་དཔེ་ནི་དུས་བཞི་དབྱེར་མེད་དུ་འཛུགས་
 ཡུལ་གྱི་མང་པོ་ཞིག་གི་མི་རིགས་སྒྲ་ཆོགས་ཤིག་སྒྲིབ་འཛོམས་སྤྱད་
 འཛོམས་རྒྱག་སའི་ཆེ་གནམ་རྒྱུང་རྒྱུ་ཞིག་དང་ཉིན་མཆོན་དུས་
 དུག་དུ་བྲེལ་བེད་དང་འདྲ་འཛི་ཆེ་བའི་གྲོང་རྒྱུ་ཞིག་རེད།
 ཁོ་མོར་མཆོན་ན། ཁོ་མོ་དང་རྒྱུང་ཐག་ཏ་ཅང་མི་རིང་བའི་རི་སྒྲིབ་
 ཀྱི་གྲོང་རྒྱུ་དཔེ་ནི་ཁོ་མོའི་ཆོ་འདི་ཕྱི་གཉིས་ཀྱི་ལྷུ་བས་མགོན་

འཛུགས་འདིའི་ཞི་བདེའི་དེད་དཔོན་ཆེན་པོ་མཆོག་བཞུགས་སའི་
 གནས་བྱེད་པར་ཅན་ཞིག་མ་གཏོགས་ཁོ་མོ་དགའ་སའི་གཅོང་ཞིང་
 ཁ་ཁུ་སིམ་པའི་གནས་ཤིག་ནི་ཅ་བ་ནས་མ་རེད་ལ་ཁོ་མོའི་ཆེ་བྱུག་
 འཕྲོ་སའི་རང་ཡུལ་ནི་དེ་བས་ཀྱང་མ་རེད། འོན་ཀྱང་ཁོ་མོའི་སེམས་
 ཁོར་ནས་གཞན་གྱིས་ཤེས་མི་བྱུང་བའི་གྲོང་རྒྱུ་དཔེ་ར་བཅངས་པའི་
 བཅོ་སེམས་ཟབ་མོ་ཞིག་གམ་འཁོན་འཛིན་དུག་པོ་ཞིག་འདུག ཁོ་
 མོ་དང་གྲོང་རྒྱུ་དཔེ་ར་གྱི་འབྲེལ་བཞི་སྤྱད་ཀྱིས་དགྲུག་དཔེ་
 བའི་གསང་བ་ཞིག་དུ་སྒྲུར།

ཁོ་མོ་གྲོང་རྒྱུ་དཔེ་ནས་རྒྱུང་རིང་དུ་སྒྲོད་སྐབས། ཁ་བ་
 དུ་ཡུག་བར་མེད་དུ་འཕྲུག་པའི་དགྲུག་གསུམ་གྱི་གང་རར་ནང་ཁོ་
 མོས་བཅོད་དཀྱིལ་གང་རར་ཡོད་ཆད་གཏོང་གིས་བསུས་ཏེ་དད་ལྟར་
 རྒྱུ་པོ་ཞིག་གིས་རང་གི་སྒྲ་མར་ཕེབས་སྤྱད་ཀྱི་པ་བཞིན་ལྷགས་རྒྱུང་
 དག་པོའི་ཁོར་གྲོང་རྒྱུ་དཔེ་ར་ཁ་ཕྱོགས་ནས་བསྐྱད་པ་མཐོང་སྟོང་
 ལ་དབྱར་གསུམ་གྱི་ཆ་གདུང་ནང་སྤྱད་ཏུ་པ་དག་པོའི་ཁོར་དང་།
 ཆར་རྒྱུ་རབ་དུ་འབབ་པའི་ན་བུན་སྤྱད་པོའི་ཁོར་གྲོང་རྒྱུ་དཔེ་གསལ་
 པོ་ཞིག་མཐོང་རྒྱུ་མེད་ཀྱང་ཁོ་མོས་ད་དུང་རང་རྒྱུད་རིང་པོས་ཀ་
 རར་དགའ་བའི་བྱིས་པས་རང་གི་ཨ་མས་ཁོ་མོ་ནས་རང་ལ་ཀ་ར་
 རན་པ་འབྲེར་ཡོང་བའི་རེ་སྤྱད་བྱེད་པ་དང་འདྲ་བར་ཁོ་མོས་ཀྱང་
 ཅི་ཞིག་ལ་རེ་སྤྱད་བྱེད་པ་ཏུ་ར་བཏུས་ནས་བསྐྱད་པ་ཡང་མཐོང་

བཞེད་ཐབས་མེད་པའི་དོན་ཀྱི་ཅི་ཞིག་བྱང་མྱོང་ཡོད་དམ། ཡང་
ན་གྱོང་དལ་དེར་ཁོ་མོའི་སྤྲོད་ནས་བརྟེ་བའི་མེ་སུ་ཞིག་གིས་ཉིན་
ལྷར་ཁོ་མོ་ཁང་ཐོག་དེར་རྒྱང་རིང་གི་གྱོང་དལ་གྱི་ལྷ་དམོར་མགོ་
འཕོད་དང་ལག་གཡལ་བྱེད་ཀྱི་ན་ཡོད་དམ། ཁོ་མོ་དང་ཁོ་མོའི་
བྱེད་སྤྲོད་དེ་དག་གིས་ང་ཡང་འདྲར་རྒྱག་གི་གཟེབ་དུ་ཚུད། ཁོ་
མོའི་གཡལ་སྒྲིགས་ཀྱི་ཟུར་ཞིག་དུ་བུ་མོ་འགའ་མཉམ་འཛོམས་ཀྱིས་
ཉི་མ་ལྗེ་བཞིན་ཁོ་མོར་ལྷ་ཞོར་དུ་གཤམ་བྱུང་གིས་ལམ་སྤོང་བྱེད་ཚུལ་
ལ་བཞུས་ན་ཁོང་ཚོས་ཀྱང་ཁོ་མོའི་བྱེད་སྤྲོད་ས་ལ་ཡ་མཚན་དང་
རང་རང་གི་བསམ་ཚུལ་སྒྲ་ཚོགས་ཡན་ཚུན་ལ་འཆད་བཞིན་པ་འདྲ།

དེ་ལྟ་ན་ཡང་ཁོ་མོ་དང་གྱོང་དལ་དེའི་གསང་བ་དོ་མ་དེ་ཁོང་ཚོས་
ཀྱང་ཚོད་དཔག་དང་རྟོགས་བྱུང་ཞེ་ཡོད་མེ་ཤེས། ཁོ་མོས་གྱོང་
དལ་ཚུང་ཚུང་དེའི་ཕྱོགས་སུ་བརྟེ་བའི་མིག་གིས་བཞུས་ཀྱང་ཁོ་
མོའི་བཞིན་གྱི་ནམ་འགྲུར་དང་ཁོ་མོའི་བྱེད་སྤྲོད་དེ་དག་ལས་ཁོ་
མོའི་ནང་སེམས་ལ་སྒྲིག་དུང་གི་ན་ཟུག་དྲག་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་ནི་ཆང་
མས་ཚོར་བྱུང་མོད། དོན་ཀྱང་ན་ཟུག་དེ་དོན་ཅི་ཞིག་གི་ཕྱིར་དུ་
ཡིན་པ་ནི་སུས་ཀྱང་མ་རྟོགས། དེ་ནི་རི་སྐོང་གྱི་གྱོང་དལ་དེ་དང་
ཁོ་མོའི་གསང་བ་གསེན་པོ་ཞིག།

གདོན་བདེའི་སྐད།

དབང་སྐྱོན། རིག་གནས་ལོ་རིམ་གཉིས་པ།

ཁུ་སིམ་གྱི་མཚན་མོ་ཞིག་ལ་སྐྱེ་བོ་ཐམས་ཅད་གཉིད་དུ་ཡུར་འདུག
འཁྱམ་ཁྱི་དང་ཤིང་སྤོང་གི་ལོ་མ་མ་གཏོགས་གཞན་སྐད་སྒྲ་གཅིག་ཀྱང་
མི་གོ་བའི་དུས་སྐབས་ཤིག་ལ་སྒོ་བྱར་དུ་ “ང་སྐྱོབས་རོགས་”
གནང་”ཞེས་པའི་ཆོག་དེ་ཕྱན་གྱི་ཐོས་འཛིན་དབང་པོས་ཟིན་མོང་བས་
སེམས་ནང་ལ་འཛིགས་སྤང་ཆད་ལས་བཞུལ་བ་ཞིག་སྐྱེས་བྱུང་། འདྲེན་
བྱེད་དབང་པོའི་མདའ་མོ་ཡར་ཚུར་འཕངས་ཀྱང་མདའ་མོ་ཟུག་སའི་
དངོས་པོ་གཅིག་ཀྱང་མི་འདུག་པར་བརྟེན་དེ་སྤོང་བཞིན་རང་གི་
ཉལ་ཁྲིའི་སྤྲོད་དུ་ཉལ་བའི་སྐབས་འཛིགས་སྤང་ཅན་གྱི་སྐད་“ང་

སྐྱོབས་རོགས་གནང་” ཞེས་པ་དེ་གྲགས་ཆེ་རུ་ཕྱིན་མོང་། ཡང་
ཉལ་ཁྲིའི་འོག་དུ་ལྟ་བུའི་སྒོ་ཁོག་དེ་ཅམ་མི་འདུག་ཉི་གཞིན་གར་
བའི་སྐབས་ལ། རེ་བཅུན་སྒྲོལ་མ་གསོལ་བ་བཏབ་ནས་ཉལ་ཁྲིའི་
འོག་དུ་བཞུས་ཀྱང་གང་ཡང་མ་ཐོང་རྒྱ་མི་འདུག་སྒོ་བའི་པོའི་ངང་
ནས་དུས་རྒྱུན་བཞིན་ཉལ་ཁྲི་གཅོང་མ་བཟོས་པ་ཡིན། དེ་དུས་ཉལ་
ཁྲིའི་སྤྲོད་དུ་འདྲེ་ཤིག་གི་རོ་ཞིག་མཐོང་མོང་། ༩་༩་༩།



པར་གུས་མེད་སྟེ་གཏམ་གསེན། ག་དུས་ཡིན་ཡང་གཅིག་པུར་
 རྟོད་པ་འདི། ང་ཡིས་བསམས་ན་འདུག་གྲོགས་ཟད་པར་སྟེ།
 ཞེས་ཅུང་ཙམ་དམའ་འཁེབས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་སྟེན་པར། ཟླ་བས་ཡུད་
 ཙམ་བསམ་མཐོ་བཏང་ཆེས། ཀལ་ཤེས་གྲོགས་དབངས་ཅན་གྱི་
 མངས་ལས། ཁ་ཙམ་མིན་པའི་རང་ཕྱོད་སྟེ་གཏམ་མཚར་། ག་
 སར་ཁེར་ཆུང་བརྟུལ་ཞུགས་འཛིན་པ་འདི། ང་ཡི་ནམ་པ་ཀུན་
 གྱི་རང་གཤིས་ལགས། ཞེས་ཉམ་ཆུང་པའི་ངང་ལན་འདེབས་ཞུས་
 རེས་མུ་མཐུད་ནས་སྤྱང་དེ་བསྟོག་བཞིན་བཟུང་། སྤར་ཡང་བསྟེན་
 རང་གི་སྤྱོད་ཀྱི་ལུགས་ཅམ་བྱས་ཏེ། ཉིན་མཚན་ཀུན་དུ་སྤྱངས་
 པ་བྱས་ཀྱང་ཀྱང་།

འདི་གཉེན་འགྲོ་ཚུལ་དམན་པའི་གཞོན་ནུ་དག། མཐོང་
 བས་ཁོ་མོའི་ཡིད་ཀྱི་མེ་ལོང་ངོས། སྟེང་ཆེད་གཟུགས་བརྟན་འཆར་
 བཞེ་མ་མཚར། ཞེས་ཟླ་བ་ལ་སྟེང་ཆེ་པའི་ཚུལ་གྱིས་དོན་ལ་དམའ་
 འཁེབས་བྱས་པར་ཟླ་བ་ནི་ཁོང་ཁོ་བོ་ཆུ་ཉི་ཤེད་པས་སྤོང་པ་ཆེ་
 རུ་ཕྱིན་ཏེ་དེའི་ལན་དུ། ལས་ཀྱིས་བཀོད་པའི་ཁོ་བོའི་སྤྱོད་ཚུལ་
 འདི། གཟུར་གནས་ཁྱེད་ཀྱི་སྟེང་ཆེད་ལུ་དུ་གྱུར། སྤང་ཅིག་
 བདེ་བར་ཆགས་པའི་འགྲོ་ཚུལ་དག། མི་ལམ་ཆེ་བཞིན་ཉམས་ཀྱང་
 སྟོན་མི་མཐོང་།

ཞེས་ཟང་ཟིང་གི་ངང་ནས་མི་ཆོ་ཤོགས་པའི་འདི་གཉེན་པར་
 སྤང་ཅིག་གི་བདེ་བ་ཕྱན་བྱ་ལས་རག་ཐབས་མེད་པས་འདིར་འདུག་
 ཚུལ་མེ་ཤེས་ཀྱང་སྟོན་ཅི་ལ་ཡོད་ཅེས་འཁོར་བར་ཞེན་པ་ལོག་པའི་
 ཚུལ་གྱིས་ལན་འདེབས་ཞུས་པས། བསྟེད་མར་སྤྱོད་ཅི་ཡང་མ་
 རག་པས་ཅུང་ཙམ་བསམ་མཐོ་བཏང་ཆེས། སྟེན་དོན། ལུ་ཅི་ལུར་
 དོའི་འགྲོས་ཉུར་གཡུག་མཁུས་ཀྱང་། མོན་སྤྱུམ་འཛོལ་བར་ཞུགས་
 པའི་ལམ་འཕྲང་ན། བདེ་བ་ཐོབ་པའི་སྤུང་བ་ཟུང་ནས་བྱང་ཆོ།
 གོ་སྤངས་དམ་འཛིན་བྱེད་པའི་སྟོན་པ་ཅན།

ཞེས་ཁ་ཙམ་ལས་དོན་དངོས་སུ་ལག་ལེན་མེད་པ་གཅིག་མཆུངས་

ཡིན་ཞེས་སྤང་བྱགས་ཆེན་པོས་བཞེད་པར། ཟླ་བས་སྤྱང་དེ་བཀ་
 བརྒྱབ་ནས་དགོད་ཙམ་བྱས་ཏེ། སྤྱོད་མ་བཞེས་འདི་དུགས་མེག་
 ཅན་མ། སྟོན་པ་འདི་བོང་བཞིན་དུ་མི་ཐུན་ཡང་། རང་གི་ཐོས་
 བསམ་ནང་གི་སྤྱོད་ཆོར་ནམས། མ་གསང་བྱང་པའི་ཚུལ་གྱིས་
 ཞུས་པ་ལགས།

ཞེས་འཇམ་པའི་ངང་ཞུས་པས། བསྟེད་མེམས་ལ་ནམ་ཏོག་
 ཅིག་སྟེན་ཏེ་ཁོང་ལ་ཉམས་ཆོད་ལེན་བྱེད་གོ་སྤངས་དམ་འཛིན་ཐོག་
 བསྟོད་བསྟགས་ཤིག་བྱེད་དགོས་སྟེན་ནས་འཇམ་ཙམ་བྱས་ཏེ། ཟླ་
 གཞོན་བཀྱ་བའི་མུན་པ་རབ་བསལ་ཏེ། བདེ་བར་འདུག་པའི་ལམ་
 འཕྲང་དཀར་ཆ་གསལ། སྤྱོད་ཆོངས་བདག་གི་སྤྱོད་མུན་པའི་
 གནས། གསལ་ཞིང་ལམ་སྟེ་བརྟན་པར་བཀའ་བྲིན་ཆེ།

ཞེས་ངོ་གདོང་ཅུང་ཙམ་དམར་པོར་གྱུར་ནས་སྤང་གདངས་དམའ་
 པའི་ཐོག་བཞེད་པར། ཟླ་བས་ཀྱང་མི་བདེ་བར་གྱུར་ཏེ་རང་གི་ལག་
 པར་འཛིན་པའི་སྤྱང་དེ་བདེར་ཆུ་ཙམ་བྱས་ཏེ་སྟེན་དོན། བསྟེད་
 ཟེའུ་འབྲུ་བཞད་པའི་སྟོན་ལེགས་མ། བསྟགས་པ་མི་མང་ད་སྟེ་
 ཉིད་མཚན་ཙམ་གྱིས། སྤྱད་གསུམ་གཡོ་བ་མེ་ཆར་བཞིན་དུ་
 གྲགས། སྤྱོད་མཇལ་བ་གསུམ་པའི་བསོད་ནམས་ལགས།

ཞེས་ཟླ་བས་བསྟེད་ལ་པར་བསྟོད་བསྟགས་ཤིག་བྱས་ཏེ་རང་གི་སེམས་
 རང་གི་ཆོར་བདང་བསྟར་བརྟུ་ཚུལ་གཉིས་ཤེས་ཐབས་སུ་དལ་པོའི་
 ངང་བཞེད་པར། བསྟེན་ཀྱང་ཁོང་གི་ཆོར་བརྟོགས་ནས་རང་གི་
 འདུན་པ་སྤྱོད་གསང་མེད་པར་ཞུ་དགོས་སྟེ་འདི་སྤང་དུ།
 བྱ་ཆར་བབས་པས་པས་འཛོལ་བྱུང་། འབྲུང་བའི་སྟོན་གྱིས་
 བཞད་ཁའི་རེ་བ་བྲལ། འདི་གསལ་པའི་དུས་འདིར་མགོན་སྤྱུབས་
 དྲིན་ཆེན་ཞིག། འཕྲད་ན་སྟེན་པའི་འདུན་པ་རབ་དུ་བྱས།

ཞེས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཆོར་བདམར་ཆེན་དུ་བཏོན་པས། ཟླ་བས་ཁོང་
 གི་སྟེང་གཏམ་གསེན་ཆེས། ཡིད་ལ་དགའ་བ་དཔག་དུ་མེད་པ་སྟེས་
 ཏེ་ཁོང་ལ་དམ་པོར་འབྱུང་དེ་ཁྱེད་ཀྱི་སྟོན་གསུམ་བདག་པོས་བསམ་



རྟ་ཉག་སྐལ་བཟང་ལུང་རིགས། རིག་གནས་ལོ་རིམ་གཉིས་པ།



ཕྱི་མིག་ལམ་གྱི་སྒྲོ་བའི་འཁྲབ་གཞུང་ཁ་བའི་སྒྲོང་དུ་ད་དུང་འབབ།

སྒོར་པའི་ཁམས་ཀྱི་འགྲོ་བ་སྤྱི་ཚོགས་རང་གི་ཡུལ་ལ་དངངས་ལེན་སྒྲུག།

དེའུ་འབམ་སྤྱངས་པའི་ཉག་ཁ་དམའ་མོ་མདའ་དང་མཆོན་གྱི་ཕྱོ་མོས་བཀོག།

ཞེས་མཆོད་པའི་པུ་མོའི་རེ་བ་ལྟན་པ་ནས་པུ་མོའི་སྒྲོང་ལ་རྒྱལ།

ཁ་བ་དཀར་པོའི་ཆེ་སྟོན་མེད་པ་ཤར་བྱི་བྱི་བ་གཟུགས་ཁོད་དུ་ཡལ།

མག་མོག་སྒྲུང་བའི་འདིག་དེན་ཁམས་སུ་སྒྲུང་མའི་གདམ་གྱུད་འདི་སྒྲུང་མཐོང་།

ཆེན་ཐག་ཆད་པའི་སྤྱོད་ནག་འབྱེད་པས་ཡུམ་ཆེན་མུ་ངན་རི་ལས་བྱད།
 བསང་དུད་ཆད་པའི་བསང་ཁྱི་འདིག་པས་ཡབ་ཆེན་མིག་ཚུ་ཐང་ལ་བཞུར།
 འཆེར་སྐད་ཉམས་པའི་རྟ་ཤོང་ལ་བས་སྟག་གར་དཔའ་ཅལ་གཡུལ་ལས་ལམ།
 མདེའུ་ཚྭ་གས་པའི་མེ་མདའ་ངར་བས་དག་པོའི་གི་སྤྱོད་ཆུང་དུ་མཆེད།

སྟག་དུ་འབར་པའི་སྤྱོད་མེའི་རོགས་སུ་ཨ་མའི་སྤྱོད་འདུན་འོད་དུ་འཆེར།
 གཡུལ་དུ་གི་པའི་བུ་ཆུང་སེམས་སུ་ཡུམ་ཆེན་འཛུམ་ཞལ་གསལ་ལེར་མཐོང་།
 ཐང་དུ་མཆེད་པའི་མེ་སྟག་སྤོང་དུ་ཁག་གི་ཐིན་ཐོ་ཆུ་རུ་བཞུར།
 ས་སྤོང་སྤོང་གི་འདིག་ཆེན་དམར་པོ་ཉེན་ཁའི་སྤོང་དུ་དུང་འབྱེད་ས།

ཨོང་བ་སྤྱངས་པའི་ཡ་སྤྱེད་འགམ་དུ་མཆོད་མེའི་སྤང་བ་མོག་པོར་འབར།
 ཐལ་བ་བྱས་པའི་མ་སྤྱེད་ལོགས་སུ་སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་དལ་བུར་འཕར།
 རྩེ་མ་རྩེ་མ་འབར་པའི་མེ་ཆུའི་རོགས་སུ་ཁག་གི་སྤྱོད་བྱངས་བྱབ་བུར་བཞུར།
 གངས་རི་མས་པའི་ལོ་རྒྱུ་རིང་མོ་བདག་གི་སེམས་ལ་ནད་དུ་འཁོར།

རྟ་ཤོའི་འཆེར་སྤྱོད་རི་ལས་བྱད་དེ་པའུ་སྐད་འཁོར་པའི་གྲོང་ལ་ཤོར།
 འབྲེ་མོའི་དུར་སྤྱོད་སྤྱོད་ལས་བྱོས་ཏེ་ན་བུན་འཐེབས་པའི་སྤང་ལ་ཕྱོགས།
 གཡང་དགར་འབའ་སྤྱོད་ར་ལས་བྱེད་ཏེ་སྤྱོད་སྤྱོད་བཞུར་པའི་རྩེ་ལ་བཞུད།
 སྤོང་པའི་ཁམས་ཀྱི་སྤོང་ཁ་རེ་ན་མིག་ཆུའི་ལོ་རྒྱུ་འདི་ལྟར་འཁོར།

མེད་ཐག་ཆད་པའི་རྟ་ཤོའི་གོང་དུ་དཔའ་པོའི་མགོ་པོ་བྱར་དུ་དབྱངས།
 སྤང་བྱག་ཚོད་པའི་སྤྱོད་ནག་ཁྱིམ་དུ་བུ་མོའི་རེ་སྤྱོད་ཆུང་དུ་བྱེར།
 རུ་དར་བཟད་པའི་གཡུལ་གྱི་ས་རུ་མེ་རྟའི་སྤྱོད་སྤྱོད་ལ་འབྱམས།
 མེ་རྟོག་བརྒྱགས་པའི་ས་གཞིའི་སྤོང་དུ་སྤང་མའི་གཤོག་ཅལ་བྲག་ལ་བདེབས།



བཞི་ཟུང་གི་འོ་མའི་ཐིགས་པ་སྒྲན་ཤར་མིག་ཚུལ་ལ་འདྲེས།
 འོ་ཟུང་ཞབས་ཀྱི་འབྲེ་མར་མེར་པོ་ཐལ་དང་རྩལ་གྱི་གསེབ་དུ་འཆང་།
 ས་སྤོད་ཁྲིད་ཀྱི་འབྲུག་མོའི་བཞོ་དབང་ས་སྒྲ་སྒྲ་དམར་པོའི་གདངས་སུ་ཞུགས།
 འཆོ་བའི་ནང་གི་གདམ་ཚུད་རེ་རེ་སྒྲ་ནག་འབྲེལ་བའི་རྟགས་སུ་འབྲངས།

ཡངས་པའི་ཐང་གི་མེ་ཏོག་མེར་ཆེན་དམག་རྟ་གཤམ་པའི་མིག་སྒྲས་བཅོམ།
 མཐོན་པོའི་རི་ཡི་འབྲོང་གཡག་དར་མ་མེ་སྒྲག་འཆུབ་པའི་མདའ་ཡིས་བཟླགས།
 གྲོག་རིང་ཟབ་མོའི་རྩེ་པོ་ཆེན་པོ་བྱེ་མ་ཁྲར་པའི་རྩྭ་གིས་བཀག།
 ཉམ་ངའི་ཁྲིད་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་སྒྲ་པོ་དྲན་པའི་འོགས་སུ་སྒར་བཞིན་འགྲུལ།

ཁྲག་གི་ལོ་རྒྱུ་འདི་ལྟར་འཁོར་ནས་བགྱང་བྱ་མང་པོ་ཡུན་གྱིས་འདས།
 དྲང་གི་རྒྱ་བརྩུབ་རིར་རྩྭ་དམར་དུས་ཆོད་སྒྲར་པོ་འདི་ལྟར་བཞུར།
 གསེར་གྱི་ཉི་མ་རྩུབ་དུ་ཁྲོལ་ནས་རེ་སྒྲག་གངས་མེད་སྒྲར་ཡང་འཁོར།
 རྒྱ་ནག་འབྲེལ་བའི་ཟིན་ཐོ་རིང་མོ་དྲི་མ་རི་པོའི་སེམས་ལས་བཞུར།

(བསྐྱོད་དབྱངས་ལ།)

མི་གཙོ་དུ་ཆེ་འཕེལ། རིག་གནས་ལོ་རིམ་གསུམ་པ།

གི་སྒྲ་དབེན་པ་པོ་དེ་ཁྱིམ་སྒོ་བཟང་ར་བ་རུ།
 ལྷ་སེམ་རང་གཤེས་བཟང་པའི་ཡིད་འཕྲོག་ལྟ་མོ་ཁྲོད།
 གེ་སར་པད་མའི་མེ་ཏོག་འདུམ་ཞལ་ཐིག་ལེ་ཅན།
 དུ་མང་དང་ང་ཡི་སེམས་དང་གཅིག་དུ་འདྲེས།

ཅི་ཡང་མེད་པས་བྱ་རྩྭ་ཆ་ལུགས་ཀྱིས་དབུལ་ཡང་།
 རྩེ་ལ་བཅངས་པའི་ཉི་མོའི་བཙེ་སེམས་ལ་འགྲན་པའི།

རྩེ་མཐོར་སོན་པའི་དྲངས་གཙང་སེམས་ཁོང་གི་པཌེ་རྒྱལ་ས།

ཉིན་རིན་གྱིས་ཁྲག་དཀའ་འདོད་འཇོ་ཡི་ནོར་བུ།

ཏི་སེ་གངས་རིས་བསྐྱོར་པའི་རྩོགས་ལྡན་གཉིས་པ་རུ།

ཐུ་མེའི་རུས་ལས་མཆེད་པའི་མཛངས་མ་བསོད་དབྱངས་ལ།

དེ་རིང་མ་བསྐྱུས་ངང་གིས་འཛོམས་འཛོམས་བསྐྱལ་པ་འདི།

ནོ་པོང་ལ་མ་ཆིས་མངོན་སུམ་ཆི་ལམ་ཞིག །

པེ་མང་གིང་བུ་ལས་སྟན་ཁྱེད་ཀྱི་གསུང་སྐད་དེ།

ཕུ་ཡི་རྩེ་རྩེ་མོའི་འདབ་ནས་ཐོས་པའི་དུས།

པེ་བུ་མ་སྐད་ཐོས་ཏེ་བུ་ངའི་ནམ་གཤེས་མདའ།

མོ་སྟན་མང་པོའི་ཁྱོད་ནས་ཐད་ཀར་ཁྱོད་ལ་ཤོར།

ཅི་གྱུ་བཞིན་དུ་གཞན་སེམས་བརྒྱ་པའི་མཛོས་ལྡན་མ།

རྩེ་ལྷ་གཞིན་རྒྱ་ང་དང་བྲལ་ཏེ་ཤེས་བྱའི་ཕྱིར།

རྩེ་རྩེ་ཆེ་པའི་ཐག་རིང་གཞན་ཡུལ་དུ་ཆས་ནས།

སྒོ་བརྒྱལ་སྤྱི་མང་ཁྱོད་དུས་ཡིད་འོང་ཁྱོད་བརྒྱུང་།

ཞི་མེའི་གོམ་འགྲོས་ལས་ཀྱང་མཉེན་པའི་སྤངས་སྤངས་དང་།

ཟུ་པོ་ཡིད་དབང་འཕྲོག་པར་བྱེད་པའི་མཚོར་སྒྲེག་སྒྲེགས།

འེ་ཅག་མེས་པོ་དམ་པའི་གཤིས་རྒྱུད་ཀྱན་ལྡན་པས།

ཡི་མེད་རང་གཤིས་དྲང་པའི་ཡིད་འོང་སྤྱོད་བཟང་ཞིག །

རི་ལུང་ཡུལ་གྱུ་ཀྱན་གྱི་མཛོས་རྒྱུན་མེ་ཏོག་ཅིག །

ལུ་གྱུ་ལས་ཀྱང་ཡིད་འོང་ཡིད་འཕྲོག་ཏུ་མོ་ཞིག །



སྒོ་དཀར་འཇུག་གྱིས་བསུ་བའི་སྒྲིང་གི་རྩྭ་གུ་ཞིག །

ཨ་ལོ་རྒྱལ་མོ་བྱེད་པ་ཆེད་དུ་སྤྱོད་སྤྱོད་པ་ལྟོག་པ།

ནོར་ཐོག་གོམ་ཁ་བདེ་ཞིང་སྒྲུབ་ཞག་རང་བྱུང་བས།
 ནོར་ལུག་འཕེལ་ཁ་བསྒྲུར་བའི་གོམ་སྒྲུབ་ལ་བསྐྱོད་ཅིང་།
 འོ་མའི་མཆོ་འབྲིལ་མར་ཕུར་གཏོར་རྩ་རང་རྒྱས་པས།
 འབྲོག་ཕུག་དག་འབྲིད་འཇུག་གི་པོ་དེ་བཞད་སོང་།

དབར།

མཁའ་དབྱེངས་ཆུ་འཛིན་ནག་པོ་ལང་ལོང་དུ་གཡོ་ཞིང་།
 མི་རྟག་སྒྲིག་དམར་སྒྲུབ་མའི་རང་ཆུ་ལ་ཞིག་སྟོན་ཏེ།
 སྟོང་གསུམ་གཡུ་འབྲུག་སྟོན་མོས་རར་སྐད་ཞིག་བསྒྲགས་ནས།
 མི་གཙང་རི་ལུང་ཐལ་རྩལ་གཙང་ཆབ་ཅིག་གཏོར་བས།

སྟོ་ལྗང་གོས་བཟང་བསྐྱབས་པའི་རྩ་ཐང་གི་དབུས་སུ།
 ཡིད་འོང་མེ་ཏོག་འཛིག་ཏེན་ལྟོ་མོ་རང་ཆས་ནས།
 མགོ་སྒྲིག་ཞེ་མ་ཞེ་མ་གཡོ་ནས་མངོས་ཉམས་ཤིག་སྟོན་པས།
 བཟོ་མ་ཕྱེ་ལེབ་ལྗང་བའི་བརྒྱད་བཟང་དེ་བྱིར་སོང་།

གཡང་དཀར་ནོར་བྱུས་བརྒྱན་པའི་ནེའུ་གསིང་གི་གཞི་ལ།
 ནོར་ལུག་གི་ཤེད་རྒྱས་ཏེ་གར་ཅིང་ལ་རོལ་བས།
 འབྲོག་མོ་མར་ཕུར་གཡོག་ལ་ཐེལ་འཛུབ་དུ་བྱུར་ཀྱང་།
 དལ་མེད་སྟོ་སྒྲུང་འབྲུམ་གྱི་སྒྲུ་ཆུང་ཞིག་ཤོར་ཐལ།

སྟོན།

གསེར་མདོག་ནོར་འཛིན་ཕུ་མོའི་སྒྲིས་གཟུགས་དེ་ངོམ་ཞིང་།
 མངོས་སྒྲུག་འོད་ཆེ་མེ་མེ་ཏོག་ཕྱོགས་བཞི་ལ་རྒྱས་པས།
 འབྲས་ལྗན་མགོ་པོ་སྐད་དེ་གྲུས་བཀྱར་གྱི་རང་ནས།
 དམར་སེར་འདབ་ལོ་གར་གྱིས་སྒྲེལ་མ་རང་བྱེད་ལ།

སྤྱི་ན་བུ་ལ་བསེལ་རྒྱུ་དང་པོ་དང་ས་གཙང་གི་དུས་ལ།
 ལོ་མགོ་སྤྱི་མཐེན་མགོ་བོ་ཕྱོགས་བཞི་ལ་དུད་པས།
 སྤྱི་ལུ་མིག་ཟུང་གོ་མ་ཁ་འབྲས་བཟང་ལ་ཕྱོགས་ཏེ།
 དགའ་སྤྱོད་དགོད་སྤྱོད་དཔུར་གྱི་རྒྱ་གསང་དེ་མིར་མོང་།

ཟུང་རིང་འདྲིལ་མོའི་འབྲིན་པ།

ཕྱོད་བཟང་མཁྱེན་བཞེ། རང་རྒྱལ་

མཐོན་མཐིང་གཡུ་རལ་མཛེས་པའི་རྒྱ་སྐར་གྱི་དབྱིངས་སུ།
 གཤོག་ཟུང་རྒྱུང་ལ་འགྲོགས་པའི་སྤྱི་ན་དཀར་གྱི་ཆོད་པོ།
 སྤྱི་བསངས་མཁའ་ཡི་བྱ་མའི་རང་གཟུགས་ཤིག་ངོམས་ཏེ།
 མཐའ་མེད་རྒྱལ་མས་འགྲིམ་ལ་གང་ཞིག་ནས་ཆས་འགྲོ།

སྤྱི་ལྗང་འདབ་ལོ་གྲོན་པའི་བསེལ་རྒྱུ་དང་ས་ནས་ཕེབས་ན།
 དན་ཤེས་བྱར་མ་སྤོང་གི་བྱ་གལས་བདོལ་བའི།
 སྤྱི་ན་འདྲིལ་ཆོག་ལ་བསྐྱིས་པའི་གསོལ་འདེབས་ཀྱི་དབྱངས་ན།
 ཕ་མའི་སྤྱི་དཔལ་གསོ་བའི་ལེགས་སྤྱོད་སྤྱི་ལུ་འབྲེན་གས།

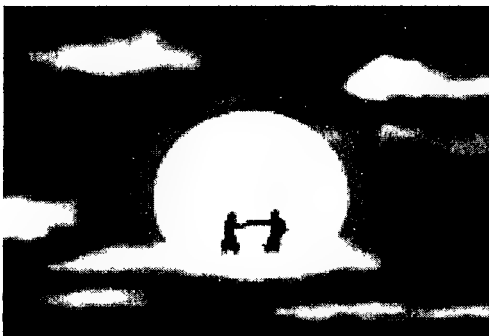
ཕྱི་ཕྱི་མང་གིས་འབྲིལ་བའི་སྤྱི་ཡི་གྲོང་ན།
 རྒྱུང་གའི་གར་ལ་རོལ་བའི་གསེར་མིག་གི་ཉ་མོ།
 བཟོད་མཁས་ཇ་དུའི་བྱ་མའི་རྒྱུ་བཟང་དང་འགྲོགས་ཏེ།
 ཕྱོགས་དུས་ངེས་མེད་བཟུར་བའི་ཕོ་ཉ་རུ་ཆས་འགྲོ།

རྫོགས་ལྷན་དབྱར་གྱི་བྱ་མེའི་ཡུལ་ལུང་ནས་ཕེབས་ན།
 ས་མཐའི་རི་ལ་རྩལ་བའི་བྱ་རྒྱུད་གི་འཕྲིན་འདི།
 འཕྱུར་དཀར་དགོད་སྒྲུབ་ཐོང་གི་ན་ཟླ་ཡི་ཚོགས་ལ།
 རྣམ་ཞིག་མཛལ་བར་ཡོང་བའི་སྒྲོན་རྟེན་ལ་འབུལ་རོགས།

མདོད་ལྷན་གར་ལ་ཅེན་པའི་ལྷ་ལམ་གྱི་དབྱིངས་སུ།
 དུག་ཅུའི་འགྲུར་ཁྲག་འཐེན་པའི་འདོད་དུས་གྱི་དབྱངས་སྒྲན།
 རི་བཞོན་ཤིང་རྩའི་བྱ་མེའི་བཞུར་རྒྱན་དང་འགྲོགས་ཏེ།
 དབྱིད་གྱི་མགོན་བན་བསུ་བར་རྒྱུད་རིང་ལ་ཆས་འགྲོ།

དུང་བ་སེམས་ལ་ཟབ་པའི་ལམ་ཁ་ནས་ཕེབས་ན།
 ལེ་དབར་སྒྲོང་ནས་ཤོར་བའི་བྱ་དག་གི་དབྱངས་རྒྱ།
 ལུས་སེམས་འབྲེལ་བར་བགྱིས་པའི་རྒྱུད་མཐུན་གྱི་བྱ་མོར།
 དམར་རྒྱུད་སྤྱིང་གིས་ཕྱི་བས་ཏེ་དྲན་རྟེན་ལ་འབུལ་རོགས།

རབ་གསར་རྒྱབས་དང་འགྲོགས་པའི་ཐང་དཀར་གྱི་ཚོད་པོ།
 གཤོག་རྒྱུད་རྒྱབས་གྱི་འཕྲུལ་འཁོར་བྱ་ང་ལ་གཡོར་དང་།
 དབྱིད་གྱི་རྒྱལ་མོ་འཕྱར་བའི་ན་བུན་དང་ལྷན་དུ།
 མཛའ་གཉུགས་སྤྱིང་སྒྲུག་མཛལ་བར་རང་ཡུལ་ལ་ལོག་འགྲོ།





རྟོགས་བརྟོན་བདེན་བཤིང་མ།

ཆབ་མདོ་ཆོ་བཟང་། དགེ་ལོ་སུ།

རབ་དཀར་ཆུ་བ་ལན་བརྒྱུ་ལུ་ཐུགས་བསྐྱེད་དྲངས་མོ་མངལ་དུ་སྦྱུམ།
 འཇམ་མཉེན་ལུས་ཀྱི་འཁྲི་ཤིང་གཞོན་ཅུ་སྟེ་དགུའི་ཆ་གདུང་གི་བ་བསེལ་དུ།
 དཔག་མེད་ཆོ་ཡི་འཕེན་པ་རིང་བཏང་བདག་ཡིད་དཔུས་པ་དྲ་རེ་མ།
 ཅུ་གཉེར་ཆེ་ལས་ཆ་ཤས་ཚུ་ལ་དུ་གང་གི་མཛད་པ་བརྟོན་ལ་བྲེལ།

སྟོན་རབས་དུས་དེར་ནག་མོ་ཁོ་ལ་ཞེས་སྟན་ངག་མཁན།
 བསྐྱལ་བས་གདུང་སེལ་གཞུང་ཕྱི་སྟེ་རྟོགས་པ་བརྟོན།
 བདག་གིས་ཀྱང་ནི་དྲན་པའི་མཆོ་མོ་འབྲུག་པའི་ཆབས།
 འདར་པའི་མོར་མོས་སྦྱུ་གུའི་ཀ་ལས་དྲངས་ལ་དཔལ།

མ་ངས་སྦྱིད་སྦྱུག་འཛིན་མའི་བྱོན་འདིར་འཛད་མེད་འཕུར་པའི་ཅུ་མཆོའི་ཆབས།
 ཕྱོགས་མེད་བདས་པའི་བྱ་ཚུང་ཞིག་ནས་རེ་པའི་མིག་ཟུང་གཉིད་ཙམ་གྱིས།
 སྟོལ་ལ་དཔལ་པའི་དེད་དཔོན་མཆོག་བྱོད་ཐབས་མཁས་སྟོང་གི་སྦྱ་བ་ཐོགས།
 བདེ་པའི་མྱིང་དུ་བཞུད་པར་བསྐྱུས་གང་ཡིད་རབ་སྦྱོས་པའི་སྦྱ་སྦྱ་སྟན།

སྦྱིད་པའི་ཆོས་སུ་དབུལ་ཕུག་བདེ་སྦྱུག་ཟེ་ལོག་ཐགས་ཀྱི་རི་མོའི་སྦྱུག།
 བདེ་བར་ཞེན་ནས་ཕྱོགས་ཕྱོགས་སྦྱུ་ཡང་མི་འདོད་དྲ་བས་ཀྱན་ནས་འཆིང་།
 འབྲས་བཟང་རེ་པའི་མོ་ནས་པ་དེར་ཐན་ནི་བསྐྱོག་པའི་ཟེམ་ཟེམ་ཆར།
 བདག་ཡིད་ཞིང་ལ་ཡང་ཡང་ཐབ་འདིས་དེ་ཡི་རེ་འདོད་བསྐྱུན་དང་མཚུངས།

བག་ཆགས་མཐུག་པོའི་ངོ་ཆའི་སྦྱིན་ནག་རབ་དུ་འབྲུགས་པའི་ཕུང་བྲོལ་འགས།
 ཞི་བས་བྱབ་པའི་ཉིད་ཀྱི་ཞིང་ལ་འབྲུག་གི་དག་ཆར་ཐབ་ཚུ་མེ་ཆོ།



ཞུས་མེད་བདེན་པའི་བཞིན་གྱི་ཉི་མ་ལ་སྤྲོད་དགུང་ནས་ཤར་དང་ལྷན།
 རོ་ཆའི་བཞིན་རས་ཞབས་རྩལ་སྤྲེག་བཞིན་མངོས་སྤྲོད་པའི་ཡང་གསོན་གྲགས་བསྐྱེད།

དུས་བཞིའི་འགྱུར་འགྲོས་རོ་མཚར་འབྲུམ་གྱིས་སྤངས་སྤངས་སྤྲེག་པའི་བསེལ་ལྡན་སྤྲོད་པ།
 ཆ་ཟེར་གདུང་བ་ལུས་ལ་གཟན་ཡང་དུས་བཞིར་ལྡང་བ་རྒྱབ་གྱི་ཡུལ།
 ལྷོད་སྤྲད་ཀྱན་ན་ངལ་བརྒྱས་འབད་པའི་མངར་སྤྲོད་ལྷོད་པའི་རིག་པའི་ཆད།
 ཐ་དད་མི་རིགས་རིས་སུ་མ་ཆད་ཀྱན་ལ་དབྱགས་དབྱང་དགའ་ལྷོན་མངོད།

ལས་གྱི་རྣམ་པ་གཅིག་ཏུ་དཀར་པའི་རང་མདངས་མ་ཉམས་སྤྲེག་བསམ་དཀར།
 མངོས་སྤྲེག་ལུས་གྱི་ཆ་ཀྱན་ཚོགས་པས་ཁེངས་ལྡན་ཆེ་གསར་གཞོན་ནུའི་ཆོགས།
 དཔལ་ལ་འཁྱུང་བའི་སྐབས་མ་མཆིས་པས་བརྒྱག་དཀའི་གདུང་བ་དག་པོ་ཡིས།
 ཁྲིས་པའི་སྤྲོད་བས་རྒྱད་པར་མ་གྱུར་དབང་དུ་སྤྲོད་ཅིང་གོགས་སུ་འདྲུང་།

བསྐྱེད་བཅོས་མཁན་ལ་བྱས་ཉེས་ལྷ་ཅི་བསྤྲོད་པའི་མཐེ་པོང་བསྐྱེད་པས་ནས་ནི།
 འཛིན་མའི་ཁྲོན་འདིར་སྤྲོད་པའི་གྲགས་པ་ཡུན་ནས་ཡུན་དུ་སྤྲོད་པས་ན།
 རྣམ་པར་དག་པའི་ཀྱན་ནས་བསྐྱེད་པའི་ཁྲོན་འདིར་ཐད་འབད་ཁུལ་འདིར།
 ཁྲིལ་བཅོས་པའི་བསྐྱེད་པོན་མེད་མེད་བདེན་ཆོག་བཞིན་ལོངས་ཅི་ཡོད།

དང་པོ་སྤྲེག་དུས་ཆུན་གོས་བཟང་དན་དང་།
 ཡུན་རིང་འདིས་དུས་ཤིས་ཡོན་ཆེ་ཆུང་ལྷ།



དྲིན་ཅན་པ་མའི་བྱམས་སྦྱོང་།

གངས་ཅན་པ། རྒྱུ་ལྟོ་སྒྲུབ་

རྒྱུ་ལྟོ་སྒྲུབ་པའི་མི་ཆེ་གོ་ཅན་བསྐྱེལ་ནས།
 ཡར་ཡར་མར་མར་བསྐྱོད་པའི་གོ་མ་ལག་རྒྱུང་རྒྱས་དུས།
 ཅེ་ཅེ་དགོད་དགོད་ངང་དུ་འབྱུང་ཉུལ་ལ་བཤར་བའི།
 གཞོན་གཞོན་ན་མཉམ་གྲོགས་ནམས་བདག་ཕྱོགས་ལ་གསོན་དང་།

བྱམས་བྱམས་པ་མའི་བྱམས་སྦྱོང་གསུམ་གྱིས་གསོན་དང་།
 ཡང་ཡང་སེམས་པའི་དཀྱིལ་ནས་དྲན་གསོ་རེ་བྱས་དང་།
 རྒྱུང་རྒྱུང་དྲན་པའི་ངོས་སུ་ལོ་རྒྱུས་འགའ་འཆར་དུས།
 ཐེགས་ཐེགས་མིག་རྒྱ་མི་ཤོར་རང་དབང་ནི་མི་འདུག།

རྒྱུང་རྒྱུང་མ་འབྱུར་དུས་སུ་ཉེ་ལོས་གསོས་ཤིང་།
 འབྲིང་འབྲིང་བྱིས་པའི་སྐབས་སུ་མིག་ཞགས་གྱིས་བསྐྱུང་སྟེ།
 རབ་རབ་ལང་ཆོ་རྒྱུས་དུས་འབྲང་སེམས་གྱིས་སྦྱོང་བའི།
 བྱམས་བྱམས་པ་མའི་སྐྱེ་དྲིན་དྲན་སོ་ན་ཡོད་དམ།

ཉེ་ཉེ་མདུན་ན་ཡོད་དུས་ཁྱོད་གས་དང་སྤྱུག་དོགས།
 རིང་རིང་ཡུལ་ལ་ཆས་དུས་འབྲུག་དོགས་དང་བཀྲེས་དོགས།
 དོགས་དོགས་སེམས་ཁུར་ཕྱི་མོ་བྱ་ཕུག་ཆེད་ཁུར་བའི།
 བྱམས་བྱམས་པ་མའི་སྐྱེ་དྲིན་དྲན་སོ་ན་ཡོད་དམ།

མོ་མོའི་བྱ་ཕུག་ནམས་གྱི་བདེ་སྤྱུག་གི་ཆེད་དུ།
 རང་རང་སྤྱུག་ལ་འབྱུར་ཡང་སྤང་མེད་དུ་བསྐྱར་ནས།

གཅེས་གཅེས་བྱ་སྤྱད་ནམས་ཀྱི་བདེ་དོན་རང་སྤྱད་པའི།
བུམས་བུམས་པ་མའི་སྤྱི་དྲིན་དྲན་སོ་ན་ཡོད་དམ།

དགའ་དགའ་འཇུག་གི་མེ་ཏོག་བྱ་སྤྱད་ལ་ངོམས་གིང་།
ཟབ་ཟབ་བསྐྱབ་པའི་པི་ཐང་བྱ་སྤྱད་ལ་དྲེད་ནས།
གསོག་གསོག་ནོར་གྱི་སྒྲང་ཅི་བྱ་སྤྱད་ལ་སྤེར་བའི།
བུམས་བུམས་པ་མའི་སྤྱི་དྲིན་དྲན་སོ་ན་ཡོད་དམ།

སོ་སོའི་གཅེས་པའི་བྱ་སྤྱད་འབྲམ་ཉུལ་ལ་ཤོར་དུས།
ཞིམ་ཞིམ་ཟས་ལ་རོལ་ཡང་བྱ་སྤྱད་དེ་དྲན་ཞིང་།
བདེ་བདེ་མལ་དུ་ཉལ་ཡང་བྱ་སྤྱད་དེ་བསམ་པའི།
བུམས་བུམས་པ་མའི་སྤྱི་དྲིན་དྲན་སོ་ན་ཡོད་དམ།

ཐྱོགས་ཐྱོགས་བྱ་སྤྱད་ཐྱོགས་ནས་ཡོང་མཁན་གྱི་མགོན་ལ།
ཡང་ཡང་བྱ་སྤྱད་དེ་ཆོའི་གནས་ཚུལ་ནམས་འདྲི་ཞིང་།
བཟང་བཟང་གཏམ་སྟན་ཐོས་དུས་སྒྲོ་སྒྲང་གིས་བཟེ་བའི།
བུམས་བུམས་པ་མའི་སྤྱི་དྲིན་དྲན་སོ་ན་ཡོད་དམ།

འགྲིམ་འབྲུལ་མགོན་དང་སྤྱད་ཁང་གང་བདེ་ནས་བརྒྱད་དེ།
གཅེས་གཅེས་སྤྲོད་དང་འདྲ་བའི་བྱ་སྤྱད་ཆོའི་ཐྱོགས་སུ།
མང་མང་འཕྲིན་དང་ཇན་པ་ཅི་འབྱོར་ནམས་བསྐྱར་བའི།
བུམས་བུམས་པ་མའི་སྤྱི་དྲིན་དྲན་སོ་ན་ཡོད་དམ།

སོང་སོང་མི་ཡུལ་ས་མཐར་ཡུན་རིང་དུ་སོང་བས།
ཐོང་ཐོང་ཁེར་རྒྱང་ཆོར་བཞི་མོ་དེ་ཐོང་ནས།

རྩ་མཐུང་ལྟེ་མུན་འཛོམས་དག་ཀྱང་ཐུགས་རྩེ་ལྟེ་ཐུག་གིས་བཟུང་མཛད་དེ།
ཉ་ཀྱས་འཛམ་གླིང་གོ་ལ་འདི་ཉིད་ཞི་བདེར་བསྐྱུན་ལ་ངལ་བ་བསྟེན།

ཏྲ་ཐུ་ག་ཏའི་ལུང་རྟོགས་བསྟན་པ་སྟེགས་མ་ཁྲ་བདོའི་འཕྲང་ལམ་ན།
ཐ་དག་འཛིག་ཉིད་མཆོམས་སུ་གྱུར་ཀྱང་ཁྱེད་ཐུགས་རྒྱལ་གྱི་ཟེགས་མ་ཡིས།
ད་ལྟའི་མི་བསྐྱུན་གེགས་ཀྱི་མེ་དཔུང་མ་ལུས་གཞོམ་མཛད་གཟི་བྱིན་དག།
ན་རྒྱུང་བྱིས་པ་རྒྱན་གྱིས་བྱུང་ཞིང་ཏྲ་ཏུ་དད་པའི་སྤྱོད་ལོང་གཡོ།

པ་ལོངས་འཕྲུང་ཟབ་མོས་བཅད་དེ་འཛིག་རྟེན་འཁོར་བ་ལས་གྲོལ་ཀྱང་།
ཕ་མཐའ་ཡས་པའི་འགྲོ་བ་དག་ཀྱང་ཁྱེད་ཐུགས་བཅེ་བས་མ་དོར་བར།
བ་སྒྲང་མོངས་ཞགས་ལས་ཀྱིས་རྒྱུད་པའི་འགྲོ་ནམས་ཉེ་བར་སྦྱོབ་མཛད་ཕྱིར།
མ་དག་སྟེང་པའི་འཛིག་རྟེན་འདི་ན་གང་ཁྱེད་དགེ་སྦྱོང་རྒྱལ་དུ་ཕེབས།

ཅ་རི་འདྲ་བའི་གནས་མཆོག་ཅིག་ཏུ་ནལ་འཁྱོར་སྒྱུ་བ་ལ་གཞོལ་འདོད་ཀྱང་།
ཆ་བའི་ཡུལ་སོགས་རྒྱལ་ཁམས་ཀྱན་ལ་གནས་ལུགས་ཟབ་མོའི་གད་རྒྱུངས་ཀྱིས།
ང་དྲག་འཛམ་གླིང་སྟོངས་ལ་ཉེ་དང་ཡང་སྟོས་པོད་ཡུལ་ཡལ་ཉེ་ཞེས།
ཐ་སྟེས་བདག་འཛིན་གདོན་གྱིས་བསྐྱུལ་པའི་བརྒྱུད་ཅན་ནམས་ཆམ་ལ་ཕབ།

ཞ་ལོང་མིན་པའི་སྟེ་རྒྱ་དག་གིས་གང་ཁྱེད་ཡོན་ཏན་རབ་མཐོང་བས།
ཟ་མེ་ཟི་མེའི་འཛམ་གླིང་འདི་ལ་ཁྱེད་འདྲ་སྟོང་ཡང་ཉུང་གྱུར་ཅེས།
འ་ལུར་ཆེ་བསྟོད་གཟེངས་ཏྲགས་འབྲུལ་ལ་གཅིག་གཅིག་ཕན་རྒྱུན་འགྲན་པ་བཞིན།
ཡ་རབས་དམ་པའི་གཟི་བྱིན་འོད་སྒྲུང་ཞི་བདེ་རྒྱ་མཚོའི་ཕ་མཐར་བཞུགས།

རྩ་མཐུང་འགྱུར་བའི་པོད་ཡུལ་འདི་ཉིད་རིང་མིན་བདག་སྟོད་བྱུང་བའི་ཆོ།
ལ་ལུང་རྒྱལ་མཆོམས་སྟེགས་མེད་ཀྱན་ནས་དད་ཅུན་སྦྱོར་མང་པོ་ཡིས།
ཤྱ་ཀྱའི་བསྐྱུན་པ་གངས་ཅན་ཡུལ་ནས་སྤེལ་བའི་དེད་དཔོན་ཁྱེད་ཡིན་ཞེས།
ས་སྟེང་འདི་ནས་བསྐྱལ་པའི་མཐར་ཡང་ཁྱེད་སྤྱོད་གུགས་པ་ལན་བརྒྱར་སྟོན།



ཏ་ཅང་དམན་པའི་བདག་སློང་འདི་ཉིད་མོངས་པའི་གྲིབ་མས་རབ་བརྟམས་པས།
 ཏ་ལས་ཐུན་མེན་མཛད་ཐིན་དག་ལས་ཆ་ཙམ་ཉོགས་པའི་སྐབས་མེད་ཀྱང་།
 ཨ་འཐས་ཆོག་གི་འགྲོས་དང་བསྐྱུན་ནས་ཅུང་ཟད་སྒྲིབ་འདི་ཡིས་ནི།
 ཨ་ནུ་བདག་གིས་ཁྱེད་དྲིན་རྒྱུ་པའི་ཡིད་ཀྱི་འཁོད་པ་མཆོན་པ་ལགས།

༢༠༠༥།༡༡།༡༥ ཉིན།

ཐུག་པའི་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ།

བསྐྱུན་འཛིན་གཏེར་མཛོད། རིག་གནས་ལོ་རིམ་གསུམ་པ།

མ་ཡུམ་ཁ་པའི་རིག་གནས་མཉམ་པོ་རུ་སྦྱངས་ཤིང་།
 མ་ཡུམ་ས་རུ་མཐོ་སྒྲོབ་མཉམ་པོ་རུ་འགྲིམས་པའི།
 མ་འོངས་པོད་ཀྱི་སོན་ཙ་སློ་མཐུན་གྱི་འཛིན་གྲོགས།
 མ་གཏོར་ངང་གིས་བྲལ་བའི་གདུང་བ་འདི་ཕྱི་ཐུལ།

རིས་མེད་སློབ་དཔོན་དུ་མའི་ཞབས་པད་ལ་གཏུགས་ཤིང་།
 གནས་ཁུ་རིག་པའི་གཞུང་གི་ཉིང་བཅུད་ལ་ཅེན་པའི།
 ཉིང་ཉེ་འཛིན་གྲོགས་རྣམས་དང་བྲལ་མོད་དེ་མེད་ཀྱང་།
 མེ་ཉག་དུས་ཀྱི་ཆོས་ཀྱིས་སོ་སོ་རུ་གཏོང་ཉེ།

འདས་ལོ་ལས་དབང་ཞིག་གིས་སློབ་གླིང་འདིར་འཛོམས་ཀྱང་།
 ད་ལོ་ལས་དབང་ཞིག་གིས་ཁ་བྲལ་དུ་འགྲོ་བའི།
 མི་འདོད་སོ་སོར་གྲེས་པའི་འབྲལ་གདུང་ལ་བསམ་ཆོ།
 སང་ལོ་ཡང་ཡང་དྲན་རྒྱུར་ཐེ་ཆོམ་ཞིག་མི་འདུག།

སྐལ་ལྷན་སྒོ་བ་ཀྱོགས་ན་མས་དང་སྒོ་བ་སྒྲིང་གི་ཚལ་དུ།
 ཐོས་བསམ་སྒོ་བ་གཉེར་བྱེད་པའི་སྐལ་བ་དང་ལྷན་ཞིང་།
 མ་ཡུམ་ས་རྒྱ་སྒོ་བ་བྱའི་གཉེར་སྒྲིང་གི་ཐུགས་བརྟེས།
 འདས་སོང་ལོ་ལྷའི་འཁོར་བསྐྱོད་རྒྱུ་གས་པ་རང་མཆོར།

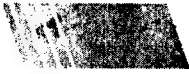
ལྷན་འཛོམས་འདས་སོང་བཟང་བྱར་ཕྱི་མིག་རེ་ལྟ་དུས།
 སྐབས་རེ་བསམ་པ་མཐུན་པས་ནི་འཇམ་དུ་གནས་ཤིང་།
 སྐབས་རེ་བསམ་པ་མ་མཐུན་ཆོག་ཚོད་ཀྱང་བྱེད་པ།
 འགྲིག་དང་མ་འགྲིག་གངས་ཀྱིས་མཛུ་བམོ་དེ་འགྲག་དགའ།

མི་མཇལ་གྱིས་བུལ་བྱེད་པའི་ལོ་ལྷ་ལ་ཉེ་དུས།
 འདས་སོང་ལྷན་འཛོམས་བྱ་མོའི་འཇུ་མ་མཛངས་ཀྱི་བཞིན་རས།
 དུན་པའི་མེ་ལོང་རྒྱས་ནས་ལྷང་ལྷང་དུ་འཆར་བ།
 དགོང་རྒྱབ་སྒོ་བསངས་མ་ཡི་རྒྱ་སྐར་ལ་འགྲན་བྱང་།

མ་བསམ་ངང་གིས་དུན་པའི་འདས་སོང་གི་ལྷན་འཛོམས།
 མ་བུལ་ཡུན་རིང་གནས་པའི་སྐལ་བ་ཞིག་ཡོད་ན།
 མ་སྒྲིག་ངང་གིས་མཐུན་པའི་བརྟེ་ལྷན་གྱི་འཛོན་གྲོགས།
 མ་ཡུམ་སྒོ་བ་སྒྲིང་དུན་པའི་གདུང་བ་དེ་ཅིས་སྒྲིང་།

མ་འོངས་སྐར་མཇལ་ཡོང་མིན་ངེས་པ་ཞིག་མེད་དེ།
 འབྱུང་འབྱུར་དུན་པའི་རྒྱས་ནས་མི་བསྟེལ་བའི་དུན་ཉེན།
 བསྐྱོན་ཟིན་དུན་ཉེན་འདྲ་པར་པར་སྒོད་དུ་ཉར་ཉེ།
 སྤང་ཉེ་འཛོན་གྲོགས་ན་མས་ལ་རྗེས་དུན་རེ་ལྷ་ཆོག།

འབད་པས་ཤེས་ཤིང་གྲུབ་པའི་ཡོན་ཏན་ལ་གཞིགས་ཤིང་།
 རང་རང་ལྷན་སྐྱེས་མངའ་བའི་འཛོན་རྒྱས་ལ་དཔགས་པའི།



ཡོན་ཏན་སྤངས་པའི་འབྲས་བུ་ལྟ་བུ་མེད་ཀྱི་མི་བཟང་།

སྤྱི་སྤྱོད་གཉིས་ལ་སྤྱོད་པའི་སྤྱི་ལ་འབྲས་ཤིག།

མ་འོངས་ཕུ་བྲག་རིང་པའི་མེ་ཆེ་ཡི་ལམ་བུར།

ཞུམ་མེད་སྤྱིང་སྤྱོད་པས་བརྟན་པའི་འགྲུལ་བཞུད་དེ་བྱས་ཆོ།

མི་མཐུན་བར་ཆད་མཚན་མའི་རྒྱུན་ངན་དག་ཞི་ཞིང་།

བསམ་དོན་འདོད་ཀྱི་འགྲུབ་པའི་སྤྱོད་ལམ་རེ་ཞུ་ཆོག།

མ་ཡུམ་སྤོབ་སྤྱིང་དང་བྲལ་གདུང་བ་ཡི་སྤང་དུ།

མ་རིག་ཚོངས་སྤྱོད་སེལ་བའི་བཤེས་གཉིན་དང་བྲལ་ཞིང་།

མ་བོས་ངང་གིས་འདུས་པའི་སྤོབ་སྤྱོད་དང་བྲལ་བས།

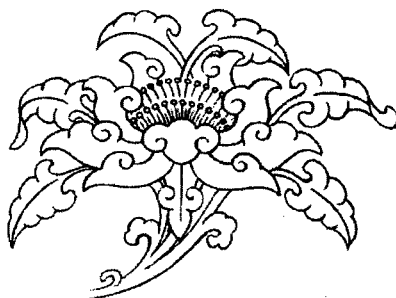
མ་བསྐྱལ་བྲལ་གདུང་ཡིད་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་འདི་བལ་སྤང་།

ཡུན་རིང་འགྲོགས་ཤིང་འདྲིས་པའི་སྤྱིང་ཉེ་ཡི་འཛིན་གྲོགས།

རིང་མིན་བྲལ་ལ་ཉེ་བའི་སྤང་ཚུལ་འདི་མཐོང་བས།

སོར་གཉིས་ཅེ་ན་འཁྱུད་པའི་སྤྱོད་ཀྱི་ཁ་ཐོགས།

དབང་མེད་བྲལ་གདུང་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱིས་ཤིག་བྱང་སྤང་།



རི་ཕྱག

བདེ་ལེགས་མཚོ་མོ། དགེ་ལོ་སུ།

བཅོས་མིན་བདག་སྟོང་བྱུང་ལོས་དབྱར་སྟེང་།
 ས་ཆེན་ཐིག་ལེའི་གཙུག་གི་ལྷ་ལམ་དུ།
 འདྲེ་བས་པའི་ལྷ་རྒྱ་སྟོན་པའི་ས་མཐར་འདྲིར།
 ཐོས་ཆེ་སྟོང་དགས་སྟོས་དེ་སྟོང་གྱུར་ལུ།

དུས་བཞིའི་འགྱུར་ལྷོག་སྟོང་པའི་བདེ་ལྷན་ཞིང་།
 རི་དྲགས་བག་ཡངས་ཅེན་པའི་ཞི་བདེའི་གནས།
 ལྷ་བས་མི་ངོམ་ལ་སྟོང་པ་ས་རུ།
 ཡབ་ཡུམ་གཅེན་གཙུང་ལྷན་འཛོམས་བདག་སེམས་སྟོ།

ནགས་སྟོང་གཡུ་ལོའི་ཁྲོད་ཀྱི་སྟོང་སྟོང་འདྲིར།
 ཉིན་ཞག་མཇུག་ཅེར་བཟང་གི་ཉམ་ཆུང་ང་།
 གངས་ལྷག་ཉི་གཞོན་ཁྱེད་ཉིད་འཆར་ཉེ་བས།
 དམར་ཆུང་ཆུ་སྟེང་འདབ་ལོས་དཀྱིས་འཇུག་ཤོར།

ཐུས་མེད་གཞན་ཡུལ་འདི་རུ་ལྷན་ཅིག་འཛོམས།
 སྟོན་བསགས་བག་ཆགས་ཟབ་མོས་ཁྱེད་ལ་གཅེས།
 ལྷན་འདྲེ་བས་ཡིད་དུ་འོང་བའི་བསྐྱབ་བྱ་ནམས།
 ནམ་ཡང་མི་བརྟེན་སྟོང་གི་དབྱས་སུ་ཉར།

སུམ་ཅེན་ཞིང་འདྲིར་འཕོས་འདྲའི་ལྷ་ས་རུ།
 གཤེས་བཟང་པོད་མི་ཚོ་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ།
 འགྲོགས་པར་སྟོང་སྟེང་ཀྱང་ཆུ་དམར་གྱིས།
 ཁྱེད་ལ་མནར་གཅོད་གཏོང་སྟེང་བདག་སེམས་སྟུག།



མཉམ་པོ་གཞི་བཞུགས།

ཀ་དག་ལྟ་ཡི་བཞོད་པའི་བཞིན་བཟང་མ།
 ཁ་ཡག་མིན་པའི་ཡིག་ཆུང་འདི་ལ་གཟིགས།
 ག་ནས་བཞུགས་ཀྱང་རང་སེམས་ཁྱེད་ལ་ཤོར།
 ང་ནི་མི་འགྱུར་རི་རྒྱལ་རྒྱ་ན་པོ་ཡིན།
 བཟང་ནོ་རྩེ་མ།

ཅ་ཅོའི་སྒྲིག་ལབ་རྒྱ་ན་གཏམ་བཤད་རབས་མེད།
 ཆ་ལུགས་ཚུལ་འཆོས་གོམས་པའི་གཤེས་ཀ་མེད།
 ཇ་ཟས་བཟའ་བཏུང་བར་ལའང་བདག་གི་སེམས།
 ཉ་མོ་ཆུ་ནང་འབྱུག་འདྲ་ཁྱེད་ཕྱོགས་འབྲེང་།
 ཀུན་དགའ་འཇམ་དཔལ་གྱི་མ།

ང་ལའི་ལོ་འདབ་རྒྱས་པའི་ལང་ཆོ་མ།
 བ་ཤལ་དཔེན་པའི་ཀུན་གྱི་ཡིད་འཕྲོག་མ།
 ད་ཉའི་དུས་ལ་འགྲན་མེད་མཛེས་ལྗན་མ།
 ན་གཞོན་པོ་གསར་ནམས་ཀྱི་སྒྲིང་སྒྲུག་མ།
 རྩོ་རྩེ་དགའ་འདུལ་གྱི་མ།

པ་ལོས་བཅེངས་པའི་ཡིད་འོང་སྟོན་བཟང་མ།
 པ་མཐར་མི་མངོན་རིང་དུ་གཤེགས་ན་ཡང་།
 པ་ལང་ང་ཡིས་བཅོས་མིན་དུང་སེམས་རྒྱབས།
 མ་མཁྱེད་ཀྱི་མདུན་ན་ཉག་ཏུ་འཕྱོ།
 མྱི་གཙོད་ཆེ་འཕེལ་གྱི་མ།

ཅ་ར་ཐོག་པའི་སེམས་ཀྱི་བྱ་རྒྱུ་འདིར།
 ཚ་ཟེར་འབར་པའི་སྒྲིག་སྒྲིམས་མང་མོད་ཀྱང་།
 ང་ལང་ཤོར་པའི་རང་སེམས་གཏུམ་པོ་འདི།
 སྒ་ལེར་བྱེད་ཀྱི་ཕྱོགས་ལ་དབང་མེད་ཐལ།
 ངག་དབང་ཚྭ་བཟང་གི་ས།

ཞ་ལྟར་གཙུག་ཏུ་བཀྱར་འོས་གཤིས་བཟང་མ།
 ཟ་བདུང་སྤོ་བ་ཉམས་བྱེད་ཞིམ་ཐིགས་མ།
 འ་ཅག་ས་རྒྱའི་ཡིད་འཕྲོག་མིག་དམར་མ།
 ཡ་རབས་པོ་ཡིད་འགྲགས་པའི་མཛེངས་ལྡན་མ།
 བསྟན་འཛིན་གཉེར་མཛོད་ཀྱི་ས།

ར་མའི་རྩ་མ་བྱང་གཞུང་ངོས་ཀྱི་རྒྱན།
 ལ་ཐོད་མིག་ཟུང་སྒྱུ་རྩ་ག་པོའི་རྒྱན།
 ཤ་མདོག་དཀར་བ་མིག་དམར་ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱན།
 ས་རྒྱུ་མྱིང་ནས་འཕྲད་པ་གཉིས་ཀའི་རྒྱན།
 རྩ་མེ་འབུད།

ད་དྲ་ཚང་མས་བཤད་པ་ཀྱ་རེ་རེ།
 ཨ་ཨ་ང་རང་སེམས་ནས་དགའ་བ་ཡིན།
 ད་ལས་དང་སངས་མེད་པར་མཐོལ་ལོ་བཤགས།
 ཨ་རོགས་སེམས་ཀྱི་མེ་ཏོག་མིག་དམར་ལགས།
 སྒྱུ་རྩ་ག་པོས།

ཨི་ཨུ་ལ་སོགས་ཆོག་རྒྱན་རབ་སྤྲས་ནས།
 ཨུ་རྒྱགས་ངང་གིས་ཁོ་པོའི་ཁྱོགས་རྣམས་ཀྱིས།



ཨ་མཚར་མིག་དམར་བྱེད་གྱི་སྒོ་གསུམ་ལ།
 ཨོ་ཆུན་བཞིན་དུ་བསྟོད་དོན་ཐུགས་ལ་དགོངས།
 སྐལ་བཟང་བཟ་གིས་གྱིས།

ཀལེཀལེར་སྒྱུ་དཔ་དང་བརྟུ་བྱུག།

ཁྱིའི་འཛིན་གྱིགས་ཁ་ཅིག་གིས་བརྟུ་བྱུ་འདི་ཉིད་ཀ་མད་ལུགས་འབྱུང་གིས་སྤེལ་འདུག་པར་གྱུ་པས་ལུགས་ཚོག་གི་ཚུ་ལ་དུ།

བརྟུན་པ་ཡར་འཕེལ། རིག་གནས་ལོ་རིམ་གསུམ་པ།

ཡ་ཁུ་ན་སོ་གཞོན་པའི་ཆུན་དབང་གིས།
 ཏ་ཅང་མངོས་པའི་བུ་མོ་མིག་དམར་གང་།
 ཡ་མཚར་སྟན་ངག་འབྲི་སའི་ཆུ་ཆ་རུ།
 ཏ་ལམ་བདག་གིར་བྱེད་ལ་སྒྲོ་བ་བརྟས།

ས་ལ་བབ་པའི་ལྷ་མོ་བྱེད་ཉིད་གྱི།
 ག་མདོག་བརྟུ་བྱུག་ལང་ཚོར་ལྷ་བའི་ཕྱིར།
 ལ་མོ་དགུ་བརྟེགས་བཀལ་ཡང་མི་ངལ་ཞེས།
 ར་ལྷར་གྱིང་པའི་ཕོ་གཞོན་འདི་ཚོས་བཤད།

ཡ་མཆུ་འི་ཅེ་མོ་དམར་ལ་རུང་ཟད་འབྱར།
 འ་མ་ལུར་ལ་བརྟས་པས་ཅི་ཤེས་ཀྱང་།
 ཟ་འབྱུང་སྒྱུ་དཔ་ནམ་བཞིར་ཞིབ་བརྟགས་ཆོ།
 ཞ་ར་མ་གཏོགས་ཀྱན་གྱི་སྒྲིང་དུ་སྒྱུག།

ཐ་མའི་སྒྲིང་ཁམས་ཅན་གྱི་ལོ་རྒྱུ་འགས།
 ར་ཡང་སྒྲིང་པ་སྤྲུལ་ཏེ་བཅས་པའི་འཇུག།
 ཆ་བས་གདུང་བཞིན་ཇི་ཅམ་ཅེར་ན་ཡང་།
 ཅ་རི་བཞིན་དུ་བཏན་པ་བྱེད་ལས་སུ།

མ་བཅས་མཛེས་པའི་འཇུག་མདངས་འདི་མཐོང་ཆོ།
 བགམ་མཛེས་པའི་ས་རྒྱ་མཐོ་སྒྲོ་བཀྱ།
 ས་མའི་ན་ཆོད་ཟིན་པའི་བྲ་མོ་ནམས།
 པ་ལོ་སྤྱི་གྱི་མོ་ཁར་དངས་ན་མཛེས།

ན་ཉིན་དེ་ཅམ་མཛེས་པར་མ་མཐོང་ཡང་།
 ད་ལོ་ཡང་ཡང་བཏུས་པས་ཞིམ་སྒྲུང་གར།
 ཐ་ཆོག་གཅིག་ཏུ་བོར་རྒྱ་མ་བྱུང་རུང་།
 ཏེ་ལེན་དུན་པའི་དོགས་སུ་ཉར་ནས་ཡོད།

ཉ་མ་བྱེད་ཀྱི་འཇུག་ཞལ་ཟླ་བ་དེ།
 ར་ཁང་ནང་ནས་ཟུར་ཅམ་མཐོང་བས་ཀྱང་།
 ཆ་གས་ལུས་ཀྱི་སྤྱི་ལོང་རྒྱས་པ་འགས།
 ཅ་ལག་ཅག་ཅིག་སྤྱད་པའི་གཏམ་རྒྱུད་མང་།

ང་གཉིས་ལས་དབང་ཞིག་གིས་བསྐྱུས་མིན་ནམ།
 ག་ས་གང་དུ་སོང་ཡང་བྱེད་ཉིད་ལས།
 ཁ་འབྲས་མཚར་པའི་བྲ་མོ་གཞན་མ་མཐོང་།
 ཀ་ཡེ་ཀྱ་ལིར་སྒྲིངས་དང་བཏུ་རྒྱུ་འདུག །

༢༠༠༩/༡༡/༢༡



འདི་ཐམས་ཅད་ཀྱན་བཟང་ཁེ་ཕན་དུ་གོ་ནས། །
 མོ་རིག་པའི་ནང་ནས་གདེང་ཚོད་ཅིག་ནི་ད་བྱུང་། །

སྤྱི་ཡོངས་ལ་དབང་བའི་མང་གཙོ་ཡི་ལམ་ལུགས། །
 འགན་འཐབ་ཚོད་མེད་པར་ལྷ་གཅིག་གིས་གནང་ཚུལ། །
 ཡིད་སེམས་གིང་དགའ་དད་སྤོ་བ་རེ་འཕེལ་དུས། །
 རྗེ་མའི་བྱིན་རྒྱལ་བདག་སེམས་ལ་འཇུག་བྱུང་། །

གནས་མི་གཅིག་ཆ་བས་གཟུགས་གཞི་ལ་གཟན་ཁིང་། །
 རྣམ་ཞེན་མེད་ཁེར་རྒྱུ་ལག་སྟོང་རྒྱུ་ཕུར་བཞིན། །
 སེམས་དལ་མེད་ཕུན་ཚོགས་རིག་གཞུང་ལ་སྦྱོང་དུས། །
 གཡག་མ་དེའི་ཁ་ཆད་སྤྱང་གཏམ་དེ་དན་བྱུང་། །

དུས་གཉེན་འཕྲང་ཅན་གྱི་ལ་རྒྱ་ལ་བསམ་ན། །
 གནས་ཨ་རི་རྒྱ་ཡི་ཡོངས་སྤྱོད་དུ་མི་བསམ། །
 རྟོད་རྒྱ་གར་ལྷ་ཡི་ཁིང་ཁམས་སུ་མི་བཅི། །
 བོད་མེས་པོའི་སྤྱིང་རྣམ་རིག་གཞུང་ལ་བརྩོན་འགྲོ། །

ཐེད་མ་དྲན་བའི་སྒྲིམ་གྲུར།

བྱམས་བསྟན། རིག་གནས་ལོ་རིམ་དང་པོ།

རྒྱང་རྒྱང་ལོ་འདབ་རྒྱས་པའི་རྒྱང་འཕྱང་ལོག།
 སྤྱན་སྤྱན་འདྲེལ་མའི་སྤྱུ་དབྱངས་ན་བར་ལྷུང་།
 འཇམ་འཇམ་སྤྱོད་མའི་དག་གི་གསུང་དབྱངས་དེ།
 ཡང་ཡང་ཡིད་ལ་འཁོར་བས་ཨ་མ་སྒྲོ།

ཤག་ཤག་རྒྱ་བའི་རྒྱ་བའི་རྒྱ་བའི་ལ།

ཆུང་ཆུང་ན་མོ་འབྲུག་རྩལ་ངོམ་པའི་དུས།

མཐོ་མཐོ་ཡུལ་དུ་བཞུགས་པའི་སྒྲིང་མའི་སྒྲུ།

ལྷེམ་ལྷེམ་དལ་གྱིས་གཡོ་བ་ཡིད་ལ་དྲན།།

ཐུན་ཐུན་ས་སྟོང་བཅན་པོའི་འཛིག་རྟེན་དུ།།

དཀར་དཀར་ཟླ་བ་འཛུམ་གྱིས་བྱོན་པའི་དུས།

དམར་དམར་སྒྲིང་ནས་སྒྲིང་མའི་འདྲ་མཐེན་དེ།

ཡང་ཡང་ཡིད་ལ་འཆར་བས་སྒྲོ་བ་ལ།།

ལྷ་ལྷ་སྤྲ་ཐང་མེ་རྟོག་སྤྲ་བས་བསྐྱེད།

མངར་མངར་རོ་བཅུད་བྱང་བས་སྒྲོད་པའི་དུས།

འབྱུར་འབྱུར་བྱང་གི་རྒྱ་ཞོ་མངར་མོ་དེ།།

ཡང་ཡང་བདག་ལ་སྟོལ་བའི་སྤྱད་མ་དུ།།

ལམ་ལམ་འོད་སྟོང་འཕྲོ་བའི་རྟ་བདུན་དེ།།

མགྲོགས་མགྲོགས་རྒྱལ་འི་ཕག་ཏུ་བཞུད་པའི་ཆོ།

གས་གས་སྒྲ་ལོ་དཀར་བའི་སྒྲིད་མ་ཡིས།

གཅེས་གཅེས་བྱ་ལ་རེ་སྐྱ་གཉེད་པ་དྲན།།

བརྒྱད་བརྒྱད་རི་རྒྱལ་ལྷན་པོའི་ཆེ་མོ་ནས།

འཆེར་འཆེར་ནི་གཞོན་གོ་ལར་བྱོན་པའི་དུས།

བྱམས་བྱམས་བདག་ལ་བརྟེ་བའི་དྲིན་ཆེན་མཆོག།

ཕྱར་ཕྱར་མངལ་བའི་སྒོ་ན་ཆོག་གྱུ་ན་དུ་འདེབས།



གངས་ཅན་མཁས་པའི་བསྟན་འཛིན་འདུས་པའི་དབུས།
 བྱེད་ཞབས་སྒྲོ་བས་པའི་གསུང་ཆེད་མཛད་པའི་ཆོ།
 མཁས་པར་བྱེགས་པའི་སྐྱེ་བོའི་ཆོགས་ཀྱིས་ཀྱང་།
 བྱེད་ཀྱི་སྒྲོགས་ལ་ན་བ་སྐྱགས་གིང་འདུད།

མགོན་བྱེད་ཐོས་པ་བྱ་མཆོར་དབང་འབྱོར་བས།
 མདོ་སྐགས་སྐྱེ་དང་ཆད་མ་ཀྱན་བརྟུས་ཀྱི།
 འཆད་རྒྱན་དེང་འདིར་ཉམས་ལ་ཉེ་བ་ན།
 བྱེད་གསུང་ཁོ་ནར་བརྟེན་ནས་གསོ་བར་མཛད།

བྱད་པར་ཟབ་ཆོས་ཆད་མ་བཞི་ལྟན་གྱི།
 གསུང་དག་ལམ་འབྲས་ལ་བྱལ་དབང་ལ་སྐྱབས་མགོན་དབུས།
 སྐལ་ལྷན་གདུལ་བྱའི་ཆོགས་ལ་བསྐུལ་མཛད་པས།
 གསང་ཆེན་བསྟན་པ་དར་ཞིང་བྱས་པར་མཛད།

འཇམ་བུའི་ཡུལ་གྱ་གཞན་དུ་བྱེད་ཀྱི་ཞབས།
 གདུལ་བུའི་ཁམས་བཞིན་ནམ་པར་ཅེན་པ་ན།
 མཆོད་པའི་དབུས་ནས་མེ་རྟོག་འབྲངས་པ་སོགས།
 བྱད་དུ་འཕགས་པའི་ངོ་མཆར་སྒྲ་མང་འབྲངས།

མཁྱེན་རབ་ནམ་པར་དག་པ་ལས་འབྲངས་པའི།
 ལེགས་བཤད་བྱེད་མེད་འོད་སྟོང་འཕྲོས་པ་ལས།
 རྒྱ་མཆོའི་གངས་ཀྱི་རིས་མེད་གདུལ་བུའི་སྒྲོར།
 མདོན་རྟོགས་ཚུ་སྐྱེས་བཞད་པའི་གཉིན་དུ་བྱེད།

འོན་ཀྱང་དེ་ལྟར་གང་སྐྱེ་ཡིད་བཞིན་དབང་།
 རེ་འཕོད་འདོད་དག་བྱིན་ཏེ་སྐྱེ་འགྲོ་ལ།

ཕན་བདེའི་དགེ་ལེགས་གྲུ་ཆར་འབབ་བཞིན་དུ།
 མོ་བྱར་དབྱིངས་སུ་གཤེགས་པ་ཅི་ལ་དགོངས།

ཆོས་རྗེ་གང་ཉིད་གསལ་སྟོང་སྟོན་བྲལ་ལ།
 ཟུང་དུ་འདུག་པས་སྟེ་འགག་བྲལ་ན་ཡང་།
 བྱས་ན་མི་རྟག་པ་ཡི་བྱབ་པའི་གནད།
 གདུལ་བྱས་རྟོགས་པར་དགོངས་ནས་གཤེགས་ལགས་སམ།

གང་སྟེ་འོད་སྟོང་འབར་བའི་གཟི་བྱན་དབང་།
 དབང་ཚུགས་རྒྱ་བ་རིའི་ཡང་བར་བཞུད་པའི་གཏམ།
 གཏམ་སྒྲུང་བྱ་མ་རྟེན་གདུང་བའི་དབྱངས།
 དབྱངས་སུ་གྱུར་ནས་འཛམ་གླིང་ཁྱོན་ལ་བསྒྲགས།

ཨ་མ་འདི་ན་མགོན་པོ་གང་ཉིད་ཀྱི།
 ཐུགས་ཀྱི་སྤྲུལ་སྤྱུར་པའི་སྟོབ་མའི་ཆོགས།
 གདུང་བ་ལྟེ་མའི་མཆོ་མོས་མེག་བརྒན་ཏེ།
 སྟེ་དག་མཆོད་སྤྱིན་རྒྱ་མཆོ་བཟླར་ལ་བྲེལ།

ཀྱེ་རྒྱུད་ཆོས་རྗེ་རྟ་བདུན་དབང་པོ་གང་།
 གཞན་དུ་གཤེགས་པས་བསྟན་དང་འགྲོ་བའི་ཞིང་།
 སྤག་རུམ་སྤྱུག་གིས་བཟེར་ནས་སྟེ་འགྲོ་ནམས།
 ཡིད་ཀྱི་ཚུ་བྱར་དབང་མེད་མེག་ནས་བརྟོལ།

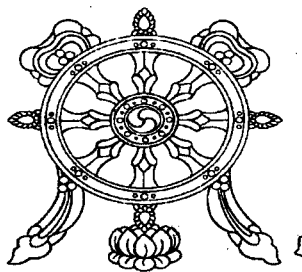
༧སྟབས་རྗེ་བཙོ་བརྒྱད་ཁྲི་ཆེན་དོ་རྗེ་འཆང་།
 གཞན་དུ་བཞུད་པས་བདག་སོགས་ཉམ་ཐག་འགྲོ་།
 ཟུང་ན་ཐང་དུ་མགོན་མེད་གྱུར་བས་ན།
 ཁྱེད་ཞབས་བྲན་པའི་གདུང་བས་ལུས་སེམས་མཉན།

འཁོར་བར་གཉེན་གྲོགས་བསྐྱེད་པའི་གྲོགས་པོ་མང་།
 འཁོར་བའི་ཡུགས་བསམ་སྒྲུ་མའི་མི་ལམ་ལ།
 འཁོར་བའི་ལོངས་སྤྱོད་སྒྲུ་མའི་སྒྲོས་གར་འདིར།
 འཁོར་བར་འཁོར་མཁན་ཆེ་འདི་དོན་གཉེར་བ།

འཁོར་བ་སྤྱ་མཐའ་མེད་པའི་ཆུ་གཏོར་ལ།
 འཁོར་བའི་སེམས་ཅན་འཁོར་ལོ་བཞིན་དུ་འཁོར།
 འཁོར་བར་གཡོ་དང་རྩན་གཏམ་ཕྲག་དོག་མང་།
 འཁོར་བར་མི་རྟག་འཆི་བའི་སྒྲོག་ཞགས་འབྲུག།

འཁོར་བའི་སེམས་ཅན་སྤྱག་བསྐྱེད་བྲལ་འདོད་ཆེ།
 འཁོར་བར་ཡོད་ཆད་འབྲལ་བདེས་སྤྱག་བསྐྱེད་བསུས།
 འཁོར་བར་མང་འ་སེམས་མི་བརྟན་མུ་ངན་སྦྱིན།
 འཁོར་བ་གཏན་དུ་འཆོ་བའི་གནས་མ་ཡིན།

འཁོར་བར་དགེ་བའི་ལས་ལ་བརྩོན་མཁན་ཉུང་།
 འཁོར་བར་མི་དགའི་ལས་ལ་གཉེར་མཁན་མང་།
 འཁོར་བའི་སྒྲོ་གསལ་གཞོན་ནུ་པོ་མི་རྣམས།
 འཁོར་བར་མ་འབྲངས་གོ་འཕང་ཐོབ་ལ་འབྲངས།





བ་ཐང་ལྷ་བུའི་ཤེས་དམན་ལ།
ཁ་ཅིག་པ་འི་སྤང་གི་ལྷུ་མ།

སྤྱོད་ལྷ་སྤྱོད་བཀའ་འདིན་ལས།
དེང་གི་ལོ་རྒྱུས་མེ་ལོང་བཞིན།
བཅན་པོའི་བོད་དང་དེང་གི་བོད།
འདི་འདྲའི་ཁྱད་པར་སྤྱི་ལས་འབྲེད།

ལག་དྲུ་སྤྱུ་གུ་ཐོགས་གུར་གྱང་།
མེ་ལོང་ནང་གི་རང་ག་ཟུགས་ཏེ།
སྤྱན་ངག་དཔེན་པོའི་སྤྱང་ག་ཟུགས་ནི།
དེའི་རྗེས་སུ་རྗེས་ལྟུག་།

ས་རྒྱ་ཤེས་བུའི་དཀྱིལ་འཁོར་འདིར།
མཁས་པའི་སྒྲོ་ཡི་ར་ལ་གྱི་ནོ།
ལྷན་པོ་ཁ་ཅིག་གྱུ་ཅོ་མང་།
ལས་མེད་འགྲོ་འདུག་ལབ་ལབ་མང་།

ང་མ་ལྷ་བཙན་པ་རྒྱལ་མཆན་ངའི།
སྤྱན་ངག་ཆང་གི་བཟི་བའི་གཏམ།
ཆོག་མཆོས་དོན་སྤྱན་མེད་ན་ཡང་།
རིགས་མཐུན་ཤོགས་པོའི་སྤྱན་དུ་སྒྲོ།

ས་རྒྱ་ཤེས་བུའི་ལྷུ་མ་ར་ལ།
མཁས་པའི་མེ་ཏོག་ནམ་པར་བཀ།
སྤྱོད་སྤྱོད་བུང་བའི་སྤྱོད་བུང་ས་སྤྱན།
འདི་རྒྱ་སྤྱོད་པ་ཉམས་རེ་སྤྱོད།



ལཱ་བདེ་ལ་གཞན་ལ་མ་བྱེད་གངས་སྒྲོངས་ཀྱི་གཞི་བཞུགས་

རྩི་ཆེན་དོན་གྲུབ་ཕུན་ཚོགས། རིག་གནས་ལོ་རིམ་གསུམ་པ།

སྒྲིབ་གཉིས་སྒྲོན་དང་བུལ་བ་སྒྲིགས་དུས་ཀྱི་རྒྱལ་བ།
 ལོ་ག་པའི་སྒྲིབ་ཆར་བཅད་ཡང་དག་གི་སྒྲོན་པ།
 གཞན་ཕན་སྤྱི་དེའི་སྒྲིབ་གྱིས་བུགས་རྒྱུ་དེ་བརྒྱན་པས།
 གངས་ཅན་མགོན་པོས་བདག་ལ་དགེ་ལེགས་ཤིག་སྒྲོལ་ཨང་།

རབ་དཀར་རྒྱ་འཛིན་འབྲིགས་པའི་གུར་ཁང་གི་དབུས་ན།
 གངས་སྒྲིབ་པའི་མང་འཁྱོལ་མཁས་ཆངས་པའི་སྒྲིབ་མོས།
 མདའ་ལྷའི་མཚན་གྱིས་སྒྲིབ་བཞིའི་འགྲོ་བ་ནམས་མནར་དུས།
 བདག་ལ་སྒྲིབ་འགྲུར་དབུངས་ཀྱི་གོ་ཁབ་ཅིག་སྒྲོལ་ཨང་།

ཀླུ་འབྱུང་བུ་མོ་སྒྲོང་གིས་གར་སྒྲིབས་ལ་ཅེན་པའི།
 ཆང་ཆིང་གཡུ་ལོ་བཞོད་པའི་ཞིང་ཁམས་ཀྱི་དབུས་ན།
 བརྒྱུད་ཆགས་སར་རིག་པའི་སྒྲིབ་ཆལ་གྱི་ནང་ནས།
 ཆོར་འདུ་གངས་སུ་གྱུར་བའི་སྒྲིབ་དབུངས་ཤིག་ལེན་ནོ།

མཐོན་མཐིང་སྒྲིབ་ལམ་ཡངས་པའི་སྒྲིབ་ཆལ་གྱི་དབུས་ན།
 སྒྲིབ་དཀར་མེ་ཏོག་སྒྲིབ་མང་ཅི་དགར་དུ་བཞུགས་པས།
 དེ་བཞེན་བུ་མོའི་སྒྲིབ་འཕུལ་མནར་གལ་བརྟེན་ནས།
 སྒྲིབ་སྒྲིབ་གར་གྱི་སྒྲིབས་སྒྲིབས་འགོག་མེད་དུ་མྱེས་བྱུང་།

མཐོ་སྒྲིབ་དག་པའི་ཞིང་ནས་དེ་མེད་ཀྱི་ནམ་ཤེས།
 ལས་རྒྱུད་དག་པོས་བསྐྱུལ་བའི་རྒྱས་མཐུ་ལ་བརྟེན་ནས།

འཕྱར་མྱིང་སྤངས་སྤངས་ཆེ་བའི་གཡང་རོང་ལ་བསྐྱར་འདི།
དགེ་བའི་ལས་མཐའ་ཟད་པའི་བདེན་དགས་སྤངས་པས་མ་ཡོད།

ལོ་རྒྱུན་གྱིས་སྒྲིབ་པའི་གོ་ལ་ཡི་མཐོང་སྤང་།
སྤྱན་རྒྱལ་བུལ་ཕྱིན་ནས་དོ་འཇམ་གྱི་བྲིམ་ཆང་།
ཁང་རེ་གཞུང་བུ་རྒྱང་ནས་འབྱུང་འབྱུར་གྱི་ཕྱགས་བསམ།
ཅ་བ་འབྲུག་གིས་བསྐྱམས་པས་སྤང་བ་ཞིག་སྒྲིབ་ཏུ་འདྲ།

ལུས་བདེ་སེམས་སྒྲིད་འདོད་པའི་མགོ་ནག་གི་སྒྲེ་ཤོས།
རེ་བའི་ལྷག་མ་དེ་ཡང་མགོ་སེར་ལ་བཅོལ་བས།
དུས་མཐའི་མེ་དཔུང་དྲག་པོའི་སྤངས་སྤངས་ལ་བརྟམ་ན།
སྤང་ཡང་རེ་བས་ཕུང་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཤིག་འཛོག་དེས།

མི་ཁའི་གཡང་གཟར་འབྲིམ་པའི་ཁེར་རྒྱུད་གི་གོམ་སྤྱ།
དམ་ཚེས་ལོག་པར་བལྟ་བའི་ན་མཉམ་གྱི་རོགས་ལོ།
ཡོད་ཚད་མཐའ་ལ་སྤྱུགས་པ་ནན་པོ་ཡི་གཤིས་ངན།
ཅི་ཞིག་འཚོལ་བར་འདོད་དམ་མཐོང་སྤང་གི་སྤྱན་རྒྱ།

མི་ཆེན་དཔོན་པོའི་གསུང་བཤད་ཆངས་སྤངས་ཀྱི་དཔུངས་སྤྱན།
སྤང་སྤང་ཐོས་འཛིན་དབང་པོའི་གཉིང་རིམ་ན་བསྐྱགས་ཀྱང་།
དངོས་དོན་བྱ་གཞག་སྒྲུབ་པའི་རྒྱུད་རིམ་ལ་བསམ་ན།
ཁ་ལག་སོ་སོར་བུལ་པའི་སྤྱོད་མེད་ཀྱི་འགྲོ་བ།

རིག་གསར་མེ་དཔུང་དྲག་པོས་སྒྲོལ་རྒྱན་དེ་བཞུས་སོང་།
ལོག་སྤྱི་དྲག་སྤང་བཅན་པོས་ཡང་དག་དེ་བཞུས་སོང་།
བྲི་གདུགས་ཉི་མས་རབ་དཀར་གངས་རི་དེ་བཞུས་སོང་།
མདོར་ན་མཐོང་བོད་དག་པའི་ཞིང་ཁམས་དེ་བཞུས་སོང་།



རིགས་ཞེན་དབྱང་པ་དགྲ་ལ་དག་སྟེ་བཞེན་འཕྱར་ནས།
རང་སྟོག་དག་པོའི་མཚན་གྱི་དམིགས་འབེན་དུ་བྱས་ནས།
མི་རིགས་བདེ་དོན་སྤྱད་ཕྱིར་རང་སྟོག་དེ་དོར་བས།
དཔའ་བོ་རིགས་ཞེན་ཅན་དེ་སྤྱིང་ཁོང་ནས་དྲན་བྱང་།

ཤེས་རིག་ལྷ་ལམ་ཡངས་པོའི་པ་མཐའ་དུ་བཟོད་ཅིང་།
ནམ་དཔྱོད་ཉི་གཞོན་གསར་པའི་འོད་མདངས་དེ་སྦྲོས་ནས།
མ་རིག་ཉེན་མོངས་སྦྲོན་པ་རྩ་བ་ནས་བསྐྱེད་པའི།
མཚོག་གྲུར་བཤེས་གཉེན་ཁོང་གི་གསེར་ཞལ་དེ་དྲན་བྱང་།

མི་རྟག་སྤྱི་མས་བསྐྱེད་པའི་དམ་སེམས་ཀྱི་ཟེལ་པ།
སྟོང་བསམ་ཁྱེད་མའི་ཅེ་ནས་ལྷ་བསྐྱེད་དུ་གཡོ་ཞིང་།
མི་རྟག་སྤྱི་ཅིག་སྤྱི་མ་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཚོས་ལ།
ཡིད་རྟོན་དཀའ་བས་འེ་བའི་འཆིང་ཐག་དེ་ཆད་སོང་།

ཆེ་རབས་མང་པོར་མི་དགའི་ལས་ནག་ལ་གོ་མས་པས།
སྐལ་བཟང་འདི་ཡང་འབྲོག་པོའི་ལམ་ངན་ལ་ཕྱིན་སོང་།
སོང་སོང་བཟོད་པའི་མཐའ་ལ་སྤྱི་བས་རྒྱ་དེ་དབེན་པས།
འཁོར་བའི་ལམ་གཞུང་དེ་ལ་ཡིད་ཐང་དེ་ཆད་སོང་།

སྤྱི་ཆལ་མཚོ་སྤྱོད་འདི་ཡི་ལམ་གཞུང་གི་རྩར་ན།
སྟན་སྲུང་རྩ་བའི་སྟོར་སྤྱང་སྤྱང་དུ་སྟོག་པའི།
ཡིད་འོང་བུ་མོའི་གསུང་སྤྱད་ན་ལམ་ལ་ཐོས་དུས།
རིག་གནས་མངར་ཁ་དར་བའི་རྟེན་འབྲེལ་དུ་བསམ་ཡོད།

རིག་པའི་བུ་ཚོད་མ་རྒྱས་བྱུང་ཁྱོར་གྱི་གོ་མ་འབྲོས།
ཤེས་བྱའི་ཐང་ཡངས་སྤྱིང་དུ་བག་མེད་ཀྱིས་བསྐྱར་བས།

མཚོ་བཞི་མེད་ལྷ་བསྐྱོད་འདོད་ཉམས་སེམས་ཀྱི་སྤོང་འདད་།
 རྒྱུ་གཤམ་མཚོ་བམ་མཐོང་དུས་ཁོང་དགོད་ཅིག་ཤོར་སོང་།

གསར་གཏོད་ཨ་མའི་བུ་ལ་གཅེས་སྤྲུལ་ཤིག་བྱས་ན།
 གཞི་བྱིན་འོད་སྤོང་འབར་བའི་ཕྱགས་འདུན་ཞིག་རྟེན་པུས།
 བསམ་སྒྲུབ་ཀྱི་ལུ་མོ་གཞན་གྱི་རྒྱུང་མ་ལ་ཆས་ཆོ།
 ལེ་བདེ་གཞན་ལ་མ་བྱེད་གངས་རྒྱུང་ས་ཀྱི་གཞོན་ནུ།

དགའ་སྦྱིད་ལས་ཀྱིས་འཛོམས་པའི་སྤྱོད་སྦྱིད་ཀྱི་ཉིན་ཞག །
 སྤྱོད་བྲལ་མཆོད་མཐོང་པའི་བྲལ་གདུང་གི་ལོ་ཟླ།
 ཉིན་མཚན་རྩལ་གྱིས་འཁོར་བའི་དགའ་སྤྱོད་ལ་བསམ་ན།
 དགའ་འཛོམས་སྤྱོད་བྲལ་འདུས་བྱས་ཆོས་ཉིད་དེ་རྟོགས་བྱུང་།

བཟང་ལྷན་མིག་ཞགས་འཕྱུག་པའི་གར་རྩལ་གྱི་ལོ་གན།
 སྤོན་མཚན་ཟླ་བའི་སྤྲུལ་མོ་སྦྱེད་ས་གནས་སུ་རྩུང་འདུག །
 རིག་གསར་ཐོག་གི་གཡལ་མོ་ཐང་ཆེན་སྤྱོད་དུས།
 སྤོལ་རྩུན་གན་པོ་མནར་བས་མལ་ས་ཏུ་རྩུང་སོང་།

སྤྱིན་བྲལ་ཟླ་བའི་རོགས་ན་སྤྱིང་སྤྱུག་གི་འཛུམ་མདངས།
 གསལ་གསལ་འདྲན་བྱེད་རྩུང་ལ་འགོག་མེད་དུ་འཆར་དུས།
 བྲལ་གདུང་མཆོད་མཐོང་པའི་ཡ་རྫོང་གི་སྤྱིང་ཁམས།
 མོས་དལ་འཛོལ་བའི་དང་རྒྱུང་རིང་དུ་ཆས་སོང་།

སྤྱིན་རྩུང་གི་ཀའི་འོག་ནས་བཏེ་དུང་གི་འོད་ཆུབས།
 བདག་གི་འདྲན་བྱེད་རྩུང་ལ་རྩུམ་རྩུམ་གྱིས་འཆར་དུས།

སྒོ་རིག་པ་བཟང་བས་ཤེས་བྱ་ཀྱན་བདུས་ནས།
 རོན་གཞན་རོན་བཟང་པོ་ངལ་མེད་དུ་འགྱུར་བཞིན།
 ཡིད་དགའ་བའི་ངང་ནས་མི་ཚེ་འདི་སོང་ན།
 བདག་ལུས་ཤིའི་འཚོ་བའི་རོན་སྤྱིང་ཡང་དེ་ཡིན།

ན་ལོ་ཟླ་མ་ཉམས་པའི་སྒོ་བ་ཕྱོགས་ཀྱི་སྤྱན་ཟླ།
 བདག་སྤྱང་པོའི་སྤྱིང་གི་འཕམ་སྒྲུ་ལ་གསོན་དང་།
 གནད་ཤེས་བྱའི་ཉིང་བཅུད་ལུས་རྩངས་ལ་འདྲེན་ནས།
 བོད་གདོང་དམར་རིགས་ལ་ལེགས་སྦྱིས་སྤྱུ་འབྲུལ་ཨང་།

འདོད་ལྷན་ལང་ཚོ་རྒྱས་པའི་ཅེ་དགའ་ལ་རོལ་ཞིང་།
 ལྷ་མང་ཚོར་བའི་ལྷ་དབྱངས་སྒྲུག་ཅེ་ནས་ཁྱེར་བཞིན།
 དཀར་གཙང་ཤོག་བྱའི་སྤྱིང་དུ་ཅེ་དགར་ལ་ཕབ་པའི།
 དཔུང་གསེའི་ཉིན་ཐོ་དམར་པོ་རེ་ཞིག་རང་རྫོགས་སོ།





མཚན་ཐོག་ཡིད་ཀྱི་མེ་དོག

སྟེ་ཐང་འཛོལ་མོ་ལྷན་དབྱངས། རིག་གནས་ལོ་རིམ་གསུམ་པ།

གངས་རིའི་ཤེལ་སྒྲིང་བསྐྱོར་བའི་བསེལ་ལྡན་དུ།
 གངས་ཅན་མགོན་པོ་ངོ་མཚར་སྐུ་ལ་པའི་སྐུ།
 གངས་དཀར་དབུས་ནས་འོད་ཟེར་འབྱུང་འཕྲོས་ཏེ།
 གངས་ཅན་སྐུ་ལུའི་མེག་གི་དབྱིད་དུ་བབས།

མགོན་སྐུ་བས་དམ་པའི་བྱུགས་སྐྱམ་ཆུ་མཚོ་ལས།
 མགོན་མེད་རྒྱུད་ལ་ཐར་པའི་ས་བོན་བསྐྱུན།
 མགོན་པོ་གང་ཉིད་འགྲོ་ལ་རྩེ་ས་ཆགས་ནས།
 མགོན་དང་མེ་ས་དབེན་པའི་ཁྲིང་འདྲིར་བྱོན།

འཆད་པའི་ལྷགས་རིང་སྒྲོག་དམར་བཞིན་དུ་ལྷུར།
 ཚོད་པའི་རག་དབྱངས་དབྱར་རོའི་སྐྱ་བཞིན་ལྗེར།
 ཚོམ་པའི་ལེགས་བཤད་གསེར་རིའི་སྒྲིང་ལྷར་བརྩིད།
 སྐྱ་བ་སྐྱིང་བསྐྱུན་འདི་སྐྱ་བ་དཔོན་གང་དེ་བྲན།

ཉོན་རྒྱུད་སྐྱ་པོ་བྲག་ཐེམ་ཁྲུགས་ནས་ལྡང་།
 རྒྱུད་འཛུབ་དམར་པོ་ཐོགས་མེད་མཁའ་ནས་འཁྲུགས།
 སད་མེར་བར་ནས་ཡ་གཞིས་རྒྱུད་པའི་ཚོ།
 མེ་མངོན་དབྱིངས་ཀྱི་སྐྱ་བ་དཔོན་ཁྱེད་ཉིད་བྲན།

རྒྱན་པ་ནག་པོས་ཀྱན་གསལ་མཐའ་བཞི་བསྐྱེབས།
 རྒྱ་སྐར་འོད་ཀྱི་གོང་བུ་ནག་གིར་བཏང།

ལྷན་ཁྲུང་སྒོང་ན་ཆེ་སྒྲིག་བསྐྱེད་པའི་ཆེ།
མི་མངོན་དབྱིངས་ཀྱི་སྒྲོབ་དཔོན་ཁྱེད་ཉིད་ཅན།

ངོ་མཆར་སྒོང་གིས་བསྐྱོར་བའི་སྒྲོབ་ཁྲིང་འདིར།
གཤེས་འཇམ་ཡ་རབས་སྒྲོབ་མའི་ཆོགས་ནམས་ནི།
ཆོས་དང་རིག་གཞུང་བདུད་ཅིས་སྒྲོས་པའི་ཆེ།
མི་མངོན་དབྱིངས་ཀྱི་སྒྲོབ་དཔོན་ཁྱེད་ཉིད་ཅན།

བྱིབྱ་ཁྲུང་སྒོན་མོས་གནམ་འཕང་འཕྲེད་ཀྱིས་བཅད།
སྒོ་གསར་གཞོན་ནུ་ཤེས་རིག་ཆལ་ན་ཅང་།
ལྷན་སེལ་སྒོན་མེ་འདི་ན་འབར་བའི་ཆེ།
མི་མངོན་དབྱིངས་ཀྱི་སྒྲོབ་དཔོན་ཁྱེད་ཉིད་ཅན།

འོད་ཟེར་སྒོང་ལྷན་གཞུང་ལམ་རིང་མོ་འདི།
གང་གི་སྒྱ་ཡི་བྱིན་ལས་ལེགས་འབྲུངས་པས།
ངེད་ཅག་གང་དུ་བསྐྱོད་ཀྱང་དགའ་བས་བཟེ།
གཟེ་བཞིན་ལྷན་པའི་སྒྲོབ་དཔོན་ལྷག་ཏུ་ཅན།

ལྷ་རིག་མང་ཐོས་ལྷག་བསམ་སྒོང་བུའི་བཤེས།
གཏན་འདུན་ལེགས་པའི་མེ་ཉོག་སྒྲིང་སྒོ་བས་ཅན།
སྒོ་ལྷན་གྱི་མཆོའི་སྒྲིང་གི་ལྷན་སེལ་བས།
ཟླ་མེད་སྒྲོབ་དཔོན་ཆེན་མོ་ལྷག་ཏུ་ཅན།

ལ་དྲགས་སྒྲིང་གི་ཁྱེ་རྩལ་འབྲུམ་གྱི་ཁྲོད།
གང་སྒྱ་ཨ་མཆར་རྟགས་དང་བཟང་པོའི་མཆར།



སྒྲིང་ནས་བརྗེ་བས་བྱངས་ཤིག་བདག་གི་མགོ་ན།།



ཁྱེད་རང་གང་དུ་ཡེ་བས་པའི་ས་དེར།
དོ་སྐྱོད་ཁྱིམ་ཞིག་བསྐྱུན་པར་སྒྲོན་ནོ།

འབྲུལ་མེད་ལྷ་མོ་དབྱངས་ཅན་མ་ཞིག །
གཞན་དོན་འབད་པ་དགའ་སྒྲུང་ཆེ་ལ།
རང་དོན་སྐྱབ་ལ་སྒྲོ་སྒྲུང་དཔེན་པའི།
བྱུང་མཁུན་མེད་པའི་མཛངས་ལྡན་ངོ་མ།

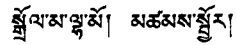
སྒྲོ་གདུང་གི་མིག་ཕྱི།

བུ་མོ་བསྐྱུན་འཛིན་ཉི་མ། རིག་གནས་ལོ་རིམ་དང་པོ།

ཆོ་སྒྲོན་ལས་དབང་བཅན་པོས་གཞན་ཡུལ་གྱར།
ཆོ་འདིའི་ཡབ་ཡུམ་དྲན་པའི་གདུང་བ་ཕྱི།
ཆོ་ཐག་རིམ་གྱིས་བྲི་བའི་ཚུལ་བསམ་ན།
ཆོ་འདིར་སྐྱོད་པའི་ཡུལ་དུ་ལོག་ཐབས་དགའ།

མངོས་སྤྱུག་དཔལ་མངའ་ཁ་བའི་རི་སྒྲོངས་སུ།
བཞུགས་པའི་གྲོགས་དང་ཡབ་ཡུམ་བདེ་ལགས་སམ།
ཁྱེད་ནམས་དྲན་སྐབས་ཡིད་སེམས་སྒྲོ་བས་ཁེངས།
མཆི་མའི་ཟེགས་མ་མིག་བྱང་མཐའ་ནས་འགྲིལ།

ཕྱག་ན་པད་མོའི་བྱགས་རྩེའི་གྲིབ་བསེལ་ལོག།
གེས་ཡོན་སྒྲོང་པའི་སྐལ་བཟང་ཐོབ་མོད་ཀྱང་།
ནམ་གཡང་ལེ་ལོས་བཅེངས་པའི་ལོ་ལྔའི་ནང་།
དགོས་པའི་ཡོན་ཏན་དགྲུང་གི་མེ་ཏོག་བཞིན།



ཕྱི་གཞི་དཔྱད་པོས་གཡོ་སྤྱོད་ལུ་བཟུང་ན་ཡང་།
འཛམ་གླིང་རྒྱལ་ཁབ་མིག་ཡོད་ཡོང་བ་མིན།
དང་བདེན་ལས་ལ་ཀུན་གྱིས་རྒྱབ་སྐྱོར་ཐོབ།
འཛམ་གླིང་མི་མང་ཡོངས་ཀྱིས་དགའ་མགུ་བྱེད།

འཛམ་གླིང་ཡོངས་ཀྱི་ཞི་བདེའི་དེད་དཔོན་དང་།
རྩམ་གཟན་གཞིས་བྱེས་ཐོད་མི་ཡོངས་ཀྱི་མགོན།
སྤྱིང་དང་འདྲ་བའི་ནོར་བུ་གཅིག་ཉིད་ནི།
ལ་གོང་ས་སྤྱབས་མགོན་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་ཡིན།

སྒྲོབ་གཉེར་བྱེད་བར་རང་གི་བརྩོན་འགྲུས་ལས།

དགེ་ཚུན་དག་ནི་ལམ་སྤྱོད་ཐུག་མཁན་ཅེས།





ཉིན་འདི་ཚོར་ ས་ཆེན་པོ་འདིའི་སྤྱི་གཙུག་ན་འཕུར་པའི་ཡུལ་པ་བརྟན་པོའི་ན་ཁྱམ་ཚོ་
 ཞི་བདེ་ཡི་ཟེགས་མར་ཡུར་དེ་གོ་བ་ལྐུམ་པོ་འདིའི་བྱིས་སྤུངས་ཚོར་ཞིང་འཆེར་
 འཆེར་སྤངས་པའི་རང་དབང་གི་བདེ་སྤྱིད་ཡིན་མོང་ ཏུས་རབས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་ཡིན་མོང་

61

ཕུ་ཆོས་འདི་ལྟར་ཐོས་པ་ཅིས་ཀྱིས་འཇུག་པ་མཁུ་སྤྱོད་ནས་ཁྱེད་མི་འདི་དེ་ནི་
 ཉེས་སྤོང་བརྒྱུད་ལོར་ རྒྱལ་འཛོམས་ཀྱི་གདོང་འབྱེད་ཐུག་པར་བརྒྱུགས་ཏེ་རང་ཉིད་ལ་དབང་བའི་གནས་ས་དེའི་ཆེད་
 གན་གཞིན་ཆེ་ཆུང་མེད་པར་ སྤྱི་མེར་དབྱེ་བ་མེད་པར་ གཞུང་འབངས་སོ་སོར་མེད་པར་
 གོ་སྐབས་འདི་ཉིད་ལ་སྤྱོད་པ་བཞིན་ སེམས་གཤམ་འདི་མེ་བཞིན་སྤྱོད་ཏེ་
 འགྲོས་མཉམ་པའི་གོ་ས་འགྲོས་གིས་ཡུལ་སྤྱོད་ས་སུ་བསྐྱུར་བྱུ་བ་ན་ཅིས་མ་རུང་ཨང་

འདི་ལྟར་འགྲུལ་བྱུ་བ་ཆེ་ དྲང་བདེན་གྱི་བདེན་པ་འཛིག་ཏེན་ནས་གྲགས་སྤྱོད་ལ་
 མེ་རིགས་འདིའི་ལས་སྐུལ་མཁུ་འདྲིངས་སུ་འཕྱར་སྤྱོད་པས་ དུས་རབས་ཀྱི་ཞི་བདེ་ཕྱོགས་ཡིན་

ཉེས་སྤོང་བརྒྱུད་ རང་ཆོའི་འཐབ་ཚོད་ཀྱི་གཡུལ་ས་ཡིན་
 ཉེས་སྤོང་བརྒྱུད་ རང་ཆོའི་རེ་ལྟོས་སྤྱོད་པའི་རྒྱུ་ཆེན་གྱི་གོ་སྐབས་ཡིན་
 རང་ཆོའང་མེ་རི་བཞིན་འབར་དགོས་ལ་ཅིས་ཀྱང་མེ་བཞིན་འབར་དགོས་ཨྱ

གོ་ཐོས་ལ་ “ཆུ་ས་ཁྱེ་ལག་ཏུ་གོར་སོང་” ཞེས་ཨག་སྐད་རྒྱག་བཞིན་འདུག་
 ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་བདེན་པ་འབར་བའི་པོ་ཏུ་ལ་གཞན་དབང་དུ་ཆུད་ལ་ཉེ་བས་
 ད་ཆ་ ད་དུང་ཕྱོགས་མེད་

གི་རྒྱུ་ཡིན་ཏེ་རྒྱུ་ཆེད་།
 སྤྱོད་པ་མ་གོ་བོ་སྤྱོད་པ།

དེ་མེད་ལྷ།

ཚངས་པའི་དབངས།

དབངས་ཅན་དག།

ཁུ་བྱུག་གི་གསུང་ཡང་།

དེ་ལ་སྒྲོན་ཞིང་། དེ་ལ་དགའ།

ཡིན་ནའང་། ངའི་ནམ་ཤེས་ཀྱི་གཤོག་རྒྱལ་ལ་ཉིན་མོངས་ཀྱི་རྒྱང་དམར་འཛུབ་པས།

ཉིན་མོར་ཁྲིང་ཡང་། མཚན་མོར་འཁོན། དེ་ལྟར་ཉིན་མ་ནས་ཟླ་བ། ཟླ་བ་ནས་ལོ་འཁོར་འདས།

ཀྱི་དུད། རྫོགས་ཀྱི་བདག་པོ། ཟླ་མ། ཡི་དམ། མཁའ་འགྲོ།

བྱེན་རྒྱལ་ཀྱི་རལ་གྱི་གཡོར་དང་།

མོས་གྲུས་ཀྱི་རྩྭ་རར་སྤྱད་ནས།

ཀྱུན་གྱི་མཐོང་ལམ་དུ།

ཉིན་མོངས་ཀྱི་འཆར་ལུང་དང་།

སུན་པའི་གོང་བྱ་གཏོར་ཏེ།

བདེ་ཤིང་ཀྱི་ཞིང་ས་རུ་བསྐྱོད་པའི་ལམ་མཆོག་བསྐྱུན་ཆོག

ལས་དབང་ཕྱི་མོ།

མགོན་པོ་ཆུལ། རིག་གནས་ལོ་རིམ་དང་པོ།

ཡོད་ཚད་ལས་དབང་ལ་རྩོམ་པའི་ཡང་།

ལས་དབང་གི་འཐབ་འཛིང་ཁྲོད་གསོན་གྲགས་རྒྱས་མ་ཐུབ་པའི་ང་།

ཞིང་འཇགས་དཔེན་པའི་འཇིགས་རུང་གི་གཡུལ་ས་དེར་།

གཏན་དུ་གི་མོང་ནའང་།

སྤྱི་ཕྱིན་གྱི་བག་ཆགས་མཐུག་པའི་དབང་གིས་།

ཞི་བདེ་ཡི་ཞིང་ཁམས་གཞན་ཞིག་ནས་མི་ལུས་ཐོབ་རྗེས་།

རང་དབང་གི་ཁོར་ལུག་ཅིག་ནས་གསོན་གྲགས་རྒྱས་ཆེ་།

རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་འགྲུལ་འགྲོལ་

བསྐྱེད་འཛིན་པམ་བདེ། རིག་གནས་ལོ་རིམ་གཉིས་པ།

ཐོག་སྒྲོན་མེད་པའི་མཆན་མོ།
དེའུ་འབྲུམ་འགྲུམ་ནས་འདྲན་བྱེད་ཤར་རིའི་སྤོ་ལ་ཅེར
ཕེབས་བྱུང་ཟླ་བའི་ལྗེ་མོ།
དུས་ཆད་བྱས་པའི་ས་སྤོད་ཀྱི་མཆན་ས་སུ།
འབྲོག་མོ་ཙུ་ཐང་ནས་ཆས་པ་བཞིན།
དལ་བྱ་དལ་བྱར།
དཀར་ཁིང་གཙང་བའི་བཞིན་རས།
དཀར་ཁིང་གཙང་བའི་དར་གོས།
ཨ་སྒྲོན་འཕྲེད་བཅད་ཀྱི་དགུ་ཆོག་ས་འགྲུམ་ནས།
ས་སྒྲང་གི་མཛེས་སྒྱུ་ག་ལ་གཟེགས་དང་
འདི་ནའང་དཀར་ཁིང་གཙང་བའི་གངས་རི་དང་
དཀར་ཁིང་གཙང་བའི་སེམས་པ་ཡོད།
ཟླ་བའི་ལྗེ་མོ་ལགས།
འཇུ་མ་མདངས་ཀྱི་འོད་ཟེར་འཛིག་དེན་ན་བྱུང་བྱུང་
ཡོད་ཆད་བྱེད་ཀྱི་མིན་པ་ཤེས་སམ།
བྱེད་ལ་དབང་བཞི་དེའུ་འབྲུམ་འགྲུམ་ན་ཡོད།
དཀར་ཁིང་གཙང་བའི་སེམས་པ་རྒྱུད་རྒྱུད་དེ་རེད།
ཕེབས་འདོད་ཀྱང་ཐོས་མ་ཐོངས་བའི་འདྲ།
སྒྲར་ཡང་འཇུ་མ་མདངས་དེའུ་འབྲུམ་ལ་འབྲོས།
འཇུ་མ་ཐོང་དེར།

ཟེམ་ཟེམ་གཡོ་བའི་མིག་ཟུང་ལ་བརྟམ་ན
 ཟེང་འདོད་པའི་དོན་ཞིག་ཡོད་འདུག
 རྒྱུ་ལྡན་པའི་མཆུ་འདབ་ལ་བརྟམ་ན
 བརྒྱུད་མ་ཐུབ་པའི་གསང་བ་ཞིག་ཡོད་འདུག
 ཟེམ་ཟེམ་མི་ལགས་
 ན་མ་མཁའ་ལ་མུ་མཐའ་མེད་
 འགྲུལ་བཞུད་ལ་རྒྱུ་མཐའ་མེད་
 འཇུག་མཁའ་སྒྱིས་ལེབས་ཤིག
 དེའུ་འབྲུམ་འབྲུམ་ནས་ངས་ཁྱེད་ལ་སྐྱེལ་མ་ཁྱེད་ཚོག་





ཐུང་པ།

བསོད་ནམས་བཟང་པོ། རིག་གནས་ལོ་རིམ་གཉིས་པ།

༼ཚོར་བཞེས་པ་འདི་ནི་ཀླ་གར་གྱི་མཁས་དབང་དམ་པ་གྱི་ཤི་
ན་ལུར་དེ་མཆོག་གིས་ལྟ་ན་མི་མཐོ་སྤྱོད་པ་ཏུ་གནང་བའི་གསུང་བཤད་
སྙན་གྲགས་ཅན་ཞིག་ཡིན། དེ་ལས་ཚོར་བའདི་དབྱིན་ཡིག་ནས་དབྱངས་
གསལ་སོ་བཞིའི་ནང་དུ་ལ་བ་བསྒྱུར་བྱས་ཡོད་ན། རང་རིགས་ན་གཞོན་
ནམས་ཀྱིས་ཚོར་བའདིར་ཚོར་བ་རེ་བསྐྱེད་བྱུང་བའི་རེ་སྟོན་འཆང་བཞིན་
ཡོད།༽

ཁྱོད་ཀྱིས་དེ་རིང་ཞོགས་པ་སྤྱོད་ནས་ཟླ་བ་དང་རྩུ་སྐར་དག་
ཏེ་ཅང་ཐག་ཉེར་གནས་པ་ཚོར་བྱུང་ངམ། ཡང་ན་ཁྱོད་ཀྱིས་སྐར་ཁུང་
ནང་ནས་ཟླ་བའི་འོད་མདངས་མཐོང་བའམ་གཤེད་རང་ཉིད་གཙང་པོའི་
ཉེ་འགྲམ་དུ་ཡོད་ཆེ་གཙང་པོའི་རྩ་དོགས་སུ་ཟླ་འོད་འཕྲོ་བ་མཐོང་བྱུང་
ངམ། གཙང་པོའི་རྩ་ནི་ཏེ་ཏེ་ཏེ་ཏེ་ཏེ་ཏེ་ཏེ་ཏེ་ཏེ་ཏེ་ཏེ་ཏེ་ཏེ་ཏེ་ཏེ་ཏེ་ཏེ་ཏེ་ཏེ་
ཅིང་བསིལ་རྒྱུ་ཡང་ལྡང་གི་མི་འདུག དེ་ནི་ཆེས་མཛེས་སུ་གྲན་
པ་ཞིག་སྟེ་ཐག་རིང་ཐག་རིང་གི་མཚོ་ཁ་དང་བཀྲག་མདངས་ལྡན་པའི་
དབྱུལ་མདོག་ཅན་གྱི་ཟླ་བ། ད་ལྟ་དུང་ཡང་འོད་ཆེས་ཆེས་དུ་འཕྲོ་བའི་
སྐར་མ་པ་སངས་སོགས་ནི་ཅི་འདྲའི་མཛེས་སུ་གྲན་པ་ཞིག་རེད་ཨང་
། དེ་བས་ཉ་པ་ཞིག་གིས་རྩ་དོགས་སུ་གྲུ་གཟིངས་བཏང་སྟེ་གཤེད་
གཤེད་སྟོད་དུས་དབྱུལ་མདོག་ཅན་གྱི་ཟླ་བ་དང་། ཞོགས་པའི་སྐར་
མ། ཐག་རིང་གི་མཚོ་ཁ་སོགས་ནི་དེ་བས་ཀྱང་མཛེས་སུ་གྲན་པར་
སྤང་།

དེད་ཅག་པལ་ཆེ་བར་གནད་དོན་གང་ཞིག་ལ་འང་ཚོར་བསྐྱེད་རྒྱ་ནི་ཏེ་
ཅང་དགོན་པོ་རེད། གཞན་ལ་ཐུགས་ཁུར་བྱེད་པ་དང་ལྟོག་བྱེད་པ། ཡང་
ན་ཚོར་བསྐྱེད་པའི་དགོས་དོན་ཅི་ཞིག་ཡིན་པ་ཁྱོད་ཀྱིས་རྟོགས་སམ། ཏུས་

ཡུན་རིང་པོར་གཙང་པོ་དང་མཁའ་དབྱིངས་ཀྱི་ཟླ་བར་ལྟ་བུར་། རྩོན་
ཤིང་གི་འགྲུལ་སྟོད་བྱེད་སྐར་མ་ལ་ཚོར་བ་སྟོང་བ། གཞན་ཡང་བྱ་བྱིབ་
དག་གིས་གཤོག་རྒྱ་བས་མཉེན་པོས་འཕུར་མིང་བྱེད་པ་དང་། དག་ཆར་
རྒྱུང་འཕྱུར་ལྡང་དུས་བརྩོན་སེམས་ཆེན་པོས་ཁ་གཏད་བྱེད་པའི་ཉམས་
འགྱུར་དེ་དག་གིས་ཏུ་ཅག་གི་ཚོར་བར་ཅི་འདྲའི་རེ་སྟོན་ཆེན་པོ་ཞིག་བྱེད་
ཀྱིན་འདུག ཁྱོད་ཀྱིས་དེས་པར་དུ་སྟོང་དགོས་པའི་ཚོར་བ་དེ་ཅི་ཞིག་
ཡིན་པ་རྟོགས་བྱུང་ངམ། ཁྱོད་ཀྱིས་གཞན་ལ་མ་རེག་པར་ཚོར་བསྐྱེད་མི་
མིང་ཅིང་། དངོས་པོ་གཞན་ཞིག་ལ་རེག་སྐབས་ད་གཞོད་ཚོར་བསྐྱེད་པ་
ཡིན། དཔེར་ན་ཁྱོད་ཀྱིས་རྩང་ས་པ་ཁར་ལ་ཞིག་ལ་རེག་སྐབས་དེས་ཏེ་
ཅང་མི་བདེ་བའི་ཚོར་བ་ཞིག་སྐྱིན་དེས་ཡིན། དེ་བཞིན་ཁྱོད་ཀྱིས་སྐལ་
པ་ཞིག་ལ་རེག་ན་དེས་གང་མོད་དང་ཚོན་འབྲུག་འབྲུག་གི་ཚོར་བ་ཞིག་སྟོད་
དེས་རེད་ལ། གཤེད་ཁྱོད་ཀྱིས་སྐལ་པ་བདེ་ལག་པའི་ནང་ལྡང་ས་ཏེ་ཞིབ་
པར་བརྟམས་ཆེ་བྱེད་ལ་ཏེ་ཅང་མི་བདེ་བའི་ཚོར་བ་ཞིག་སྐྱིན་དེས་རེད། གཞན་
ཡང་ཁྱོད་ཀྱིས་བྱིབ་མས་མའི་རིགས་ལག་ནང་དུ་ཉར་སྟོང་ཡོད་ཆེ་དེའི་
སྤྱིང་གི་འཕར་མིང་བྱེད་པ་དང་། ནང་གི་བྱུངས་ཀྱིས་ཡོད་ཆད་གསོན་
པོར་གནས་ཡོད་པའི་ཚོར་བ་སྐྱིན་དེས། རྩོན་ཤིང་གི་འགྲུལ་སྟོད་བྱེད་
སྐར་མ་ལ་ཚོར་བ་སྟོང་བ་དང་། ཞོགས་པར་རྩོན་ཤིང་གི་ལོ་མའི་བར་
ནས་ལྡང་བའི་བསིལ་རྒྱུང་གི་སྐར་མ་ཉན་པ། དེ་བཞིན་གྲོན་གོས་ཀྱི་ལ་
རྩལ་གོན་ཞིང་ལྟོ་ཆས་སྟོད་པ་འགྲང་པ་ཞིག་ཀྱང་ཐ་རྒྱ་མེད་པའི་སྟོང་གསེབ་
ཀྱི་བྱུང་མེད་དེ་དག་གིས་གྲོན་གོས་གཙང་པ་ཞིག་གོན་རྒྱ་མེད་ལ་རྩ་ཆ་
པོའི་ནང་གཟུགས་པོ་འབྲུད་ཁོམ་ཡང་མེད་པར། ཉིན་ནས་ཉིན་བསྐྱེད་
དེ་སྟོང་གསེབ་ནས་སྟོང་དལ་དུ་འབྱོབ་དེ་དག་གི་བདེ་སྐྱེད་ལ་ཚོར་སྟོང་

ཞིག་ཕྱོད་དང་། དེ་དག་ནི་ཚོར་བྱུགས་ཏེ་ཅང་ཆེན་པོ་སྤྲོད་མཁན་དག་
ཡིན། གཞན་ཡང་སྤྱི་པོ་ཆེ་གོ་མོ་ཞིག་གིས་སྤྱི་དབང་ས་ལེན་པའི་ཆོ་
ཁོའི་གཞས་གཏོང་སྤངས་ཀྱི་སྤྱི་ཆུ་ལ་ལྟ་བུའམ་གཞས་ཆེག་བསྐྱར་
སྤྱོད་ཕྱིན་ལ་མི་ལྟ་བུར། གང་ལྟར་ཉན་མཁན་ཡོད་མེད་ཅི་ལྟར་
བྱུང་རང་གི་སེམས་གཏོང་ནས་བཏང་བའི་གཞས་དེར་ཉན་དང་། ཡང་
ན་ཞོགས་པ་སྤྱོད་པའི་སྤྱི་ཡིས་སྤྱི་སྤྱོད་ཀྱི་ཕྱི་དང་གཅིག་པོའི་ཕྱི་ལ་
དུ་འགྲོ་བའི་ཉེ་པས་སྤྱི་འབྲེན་པར་ཉན་ཅིག་ དེ་དག་གིས་ཕྱི་ཅག་ལ་
ཚོར་བཏང་ཅང་བྱུགས་ཆེན་སྤྱི་པ་མ་ཟད་གསོན་བྱུགས་ཀྱང་སྤྱོད་པའི།

རྒྱ་མཚན་དེ་བས་ན་ཕྱི་ཅག་ལ་ངེས་པར་དུ་ཚོར་སྤྱང་དགོས་ལ།
གོས་ཕྱོན་སྤངས་དང་། སྤྱི་ཆ་བཤད་སྤངས་། ཅི་དམོ་ཅི་སྤངས་།
སྤྱོད་སྤངས་། སྤྱི་ཕྱི་ལ་ལྟ་སྤངས་། ལམ་འགྲམ་ནས་དེ་ཕྱི་སྤྱི་ག་
སྤངས་། ཁྱི་ཕྱི་སྤྱོད་ཕྱི་སྤངས་། སྤྱི་ཕྱི་གི་ལོ་མ་རྒྱུང་སྤངས་།
ཁྱི་མཚན་གི་གཡོག་པོ་དང་མ་བྱུང་སོགས་ལ་སྤྱི་ཆ་བཤད་སྤངས་། དེ་
བཞིན་རང་གི་དགོ་ཆ་ནས་གསུངས་ཀྱིས་རང་ཉིད་ལ་ལྟ་ཉན་པའི་ལྟ་བུ་དེ་པ་
དང་ཁོང་ནས་ཀྱིས་རང་ཉིད་ལ་བཀའ་མོའ་མི་ལྟར་གསུང་པ་སོགས་
ལ་ངེས་པར་དུ་ཚོར་བསྤྱོད་གོས། ཚོར་སྤྱང་དེ་ཡང་གནས་སྤངས་དེ་
རང་དུ་སྤྱོད་ཐབས་ཕྱི་དཔལ་སངས་ཉིན་དང་ཡང་ན་ལོ་ལྟོ་ལྟོ་སྤྱོད་པའམ་
དེའི་ཕྱིས་ཕྱིས་སྤྱོད་ཐབས་ཕྱིས་ན་ཕྱིས་དུགས་པ་ཡིན།

ད་ལྟ་བྱིད་ནམས་ལོ་གཞན་གཞན་དང་སྤྱོད་པས་རྒྱས་བཞིན་པའི་
སྤྱོད་སྤྱོད་ཚོར་སྤྱོད་ཕྱི་ཉི་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་ཞིང་། ཁྱི་ཕྱིས་
ཕྱི་ལྟོ་བས་ནས་ཅངས་པ་ཁར་ལ་གྱིས་སྤྱོད་ཕྱི་བྱུང་བར་དོ་སྤྱོད་མི་ཕྱི་ད་
པ་དང་། རང་གི་ཉེ་འཁོར་དུ་ཡོད་པའི་སྤྱོད་པོ་དང་དགོ་ཆ་ན། ཐོགས་
པོ། མ་བྱུང་སོགས་ལ་དོ་སྤྱོད་མ་བྱུང་ན་རང་ཉིད་ལོ་ན་ཆས་པའི་སྤྱོད་སྤྱོད་
སྤྱོད་གང་ལ་འདྲོ་སྤྱོད་མི་བྱུང་ལ་ཚོར་བའད་སྤྱོད་ཐབས་བྱུང་བའི་དུ།
རྒྱ་མཚན་ནི་འདྲེ་ཤིས་ཉམས་སྤྱོད་སྤྱོད་པའི་ཚོར་བྱུགས་ཆེན་པོ་
སྤྱོད་མི་བྱུང་གྱི་རང་གི་པམ་དང་བྱུགས་གཅིན་གཅུང་། དེ་བཞིན་
རང་གི་ཉེ་འཁོར་གྱི་མི་སྤྱོད་ལ་གནས་ཚུལ་གང་ཞིག་འཕྲད་ཀྱང་ཚོར་

བསྤྱོད་མི་བྱུང་། གཞན་ཡང་བྱུ་བྱི་ཕྱི་དང་གཅིག་པོ། སྤྱོད་ཤིང་། ཉམས་
ཐག་སོགས་ལ་དེ་བས་ཀྱང་ཚོར་བསྤྱོད་མི་བྱུང་བོ།

ར་རང་བྱིད་ནམས་ལ་སྤྱི་ཆ་འདྲི་ལྟར་བཤད་པར་ཡོང་བའི་ལམ་ལ་
ན་ངའི་སེམས་ནང་ང་ཚོ་ཆུན་པ་ནམས་དང་བྱིད་ཅག་ལོ་ན་གཞོན་པ་ཆང་
མས་གནད་དོན་གང་ཞིག་ལ་འདྲ་ཁ་ལ་མི་བྱིད་པ་དང་སེམས་ཚོར་མི་བྱིད་
པ་འདྲི་ཅིས་ལན་པ་ཡིན་ནམས་སྤྱོད་པའི་བྱུ་ཡང་ཡང་འཁོར་བྱུང་། ངས་
འདྲི་ལྟར་བཤད་དུས་བྱིད་ཚོས་རིག་པ་བྱུང་བོས་ཉན་བཞིན་ཡོད་དམ་ཡང་
ན་བྱིད་ཚོ་གཉིད་ལོག་ནས་བསྤྱོད་ཡོད་དམ། ཅིའི་ཕྱིར་ང་ཚོས་གནད་
དོན་ཉུང་ཤིང་ཤིག་གི་ཐོག་ལ་འདྲ་ཚོར་བྱུགས་ཆེན་པོ་མི་སྤྱོད་བའི་དུ། རྒྱ་ལ་
ཞེན་དང་ལྟ་བྱུགས་། རྒྱ་ལ་དར་སོགས་ལ་ད་ལྟ་ཚོར་བྱུགས་ཆེན་པོ་མི་སྤྱོད་
ན་འདྲ་ཆོག་སྤྱོད། དེ་དག་ཕྱིས་སྤྱོད་མི་ཆའི་ནང་ཡོང་ངེས་པའམ་ཡང་ན་
ཅ་བནས་མི་ཡོང་བའད་ཡོད། འོན་ཀྱང་གནད་དོན་རྒྱུང་ཆགས་རིགས་
ལ་ངེས་པར་དུ་ཚོར་བསྤྱོད་གོས་ངེས་ཤིག་འདྲ། ཁྱི་ཚོས་རྒྱ་པོ་མ་རྒྱ་
རྒྱའི་ཐོག་གི་ཟམ་པ་དེ་བཞུགས་ནས་འགྲོ་སྤྱོད་ཡོད་དམ། ཟམ་པ་དེ་ནི་
ཁྱི་ཕྱིས་ཁོངས་ཤིང་ད་ལྟ་འདྲི་གསུངས་འདུག་ལ་མཐའ་གཉིས་ནས་སྤྱོད་
པས་བསྐྱམས་ཏེ་ཏེ་ཅང་ཉམས་པ་ཞིག་འདུག་ ཅི་སྤྱོད་ཆེན་ཞིག་གམ་
ཆལ་སྤྱོད་པ་ སྤྱོད་སྤྱོད་ཆེན་ཞིག་ཟམ་པ་དེ་བཞུགས་པོར་ན་ཁོང་རིམ་ནས་
སངས་ཉིན་རང་ཟམ་པ་གསུང་པ་ཞིག་རྒྱག་པ་དང་། རྒྱལ་བྱེད་འཕྲུལ་
འཕྲུལ་གྱིས་འགྲོ་ལམ་གསུང་པ་བཅོས་ཏེ་ཟམ་པའི་གཡས་གཡོན་དུ་མི་
དོག་གི་རྒྱན་ཆ་ཡང་བཏགས་ནས་གང་ལྟར་ཟམ་པ་དེ་ཏེ་ཅང་སྤྱོད་པ་དག་
ཅིག་པ་བཅོད་སའི་དུ། འོན་ཀྱང་ང་དང་བྱིད་འདྲ་བའི་ཕྱོད་གསེབ་པ་དེ་
དག་གིས་ཉིན་ནས་ཉིན་བསྐྱད་ནས་ཟམ་པ་དེ་བཞུགས་པས་འགྲོ་ན་འདྲ་སྤྱོད་
གང་གིས་དེར་ཁ་ལ་ཕྱིད་མཁན་མེད། དེ་ལྟར་ཁ་ལ་བྱུ་འདྲོད་ཀྱི་ཚོར་
བའི་དུ་ཕྱི་དུག་ནམས་ལ་ཅི་ཞིག་ཡོང་ངམ་སྤྱོད་པ་དང་བྱུ་བྱི་དེ་དག་ནས་
སོན་སྤྱོད་མི་གང་འདྲ་ཞིག་ཆགས་ཡོང་ངམ་སྤྱོད་ཀྱི་འདུག་ ཁོང་
ཚོས་སེམས་ཚོར་དང་བྱུས་བཅེ། སྤྱོད་པའམ་། དཀའ་སྤྱོད་སོགས་

མ་ཆེའི་ཕྱ་གཏེར་

བརྒྱུ་ཕྱུངས། རིག་གནས་ལོ་རིམ་གཉིས་པ།

ལོ་རྒྱུ་གཅིག་དང་ཕྱེད་ཅུ་མ་རིང་དང་འདྲིའི་མ་བསྐྱེད་པས་པས།
 སྐུ་ཆེར་ཁྱེད་རང་ཆོའི་ནང་ནས་མང་པོ་ཞིག་གིས་ང་འོ་ཤེས་ཀྱི་
 ཡང་མེད་མྱོད། དེར་བརྟེན་ཁྱེད་རང་ཆོས་ངས་ཅི་ཞིག་གི་སྒོར་
 ལ་སྐད་ཆ་བཤད་ཀྱི་ཡིན་པ་ཏེ་གོ་ཡི་ཡོད་ཀྱི་མ་རེད། ཁྱེད་ཆོའི་
 ནང་ནས་ང་འོ་ཤེས་མ་ཁམ་ཆོར་སྐུ་ཆེར་དོགས་འདྲི་མང་པོ་ཞིག་
 གྱུ་ཆུ་ཡང་ཡོད་མྱོད་མོད། རོ་ཆ་དང་འཆོར་སྐྱར་གིས་དྲི་བ་འདྲི་
 མེ་ཡོད་པ་དེ་འདྲ་ཡིན་ཀྱི་རེད། དེའི་ཕྱིར་ཐོག་མར་ངས་སྐད་ཆ་
 འགའ་འཆད་པ་ཡིན་ན། སྐུ་ཆེར་ཁྱེད་ཆོས་སེམས་སྤྱད་པ་བསྐྱེད་
 དེ་རང་ཉིད་ཀྱིས་གང་བསམ་པ་དེ་ཕྱིན་སྐད་ཐོག་བཞིན་བྱུང་པ་ཡོད་
 མྱོད་པེས། དཔེ་རོས་ནས་ཉིན་དུ་དང་ཕྱི་གར་ཀྱི་སྐད་ཡིག་གཞན་
 གཅིག་ཀྱང་ཤེས་ཀྱི་མེད། ངས་ཕྱི་གར་ཀྱི་སྐད་ཡིག་གང་རུང་ཞིག་
 སྐྱུང་ས་མེད་པར་ཁྱེད་རང་ཆོ་ཡ་མཆར་སྐྱེ་མྱོད་མོད། འོན་ཀྱང་
 དེའི་ཐད་ཐོག་མར་བཤད་ཀྱི་ཞིག་ལ། ང་ལོ་ན་ཆུང་དུས་ནས་ཕྱི་
 ཁབ་འདྲི་དང་ཁ་བྱལ་དགོས་བྱུང་བ་རེད། དེ་ནས་བཟུང་ང་རང་
 ས་ཆ་གཅིག་ལ་གཏན་འཇགས་ཀྱིས་གནས་སྡོད་བྱེད་མ་ཐུབ་པར་
 ཡོ་རོབ་དང་ཨ་རི་སོགས་སུ་ཕར་འགྲོ་ཆུར་འགྲོ་བྱས་ནས་ལོ་མང་
 པོ་འགོར་བ་རེད། དེར་བརྟེན་དེ་ཕྱིན་ཡིག་གི་ཐོག་ལ་ངས་ཡོ་རོབ་
 ཀྱི་སྐད་ཡིག་རིགས་གཅིག་གཉིས་ཤིག་ཤེས་ཀྱི་ཡོད་ལ། དེ་བཞིན་
 ངས་ཉིན་དུ་སྐད་ཡིག་སྦྱོང་པར་འབད་བཅོན་ཡང་བྱས་པ་ཡིན་མོད།
 སྐྱེར་སྐད་ཡིག་གཞན་ཞིག་ནང་གི་ཐ་སྐད་ཀྱི་དོན་དཔྱིས་ཕྱིན་པར་
 ཉན་འདོག་བྱ་དགོས་པ་ཞིག་རེད། སྒོ་སྐུ་པ་ཞིག་ལ་དེ་ལྟ་བུའི་

གོ་སྐབས་ཤིག་ང་ལ་རིག་ཐབས་མ་བྱུང་བ་རེད། དེར་བརྟེན་ངས་
 དེ་ཕྱིན་མིའི་སྐད་འཆད་པར་ཁྱེད་ཆོས་བསམ་ཤེས་བྱ་བའི་རེ་བ་ཡོད།
 ངས་མ་འོངས་པར་ཁྱེད་རང་ཆོ་འཆར་ཡོངས་བྱུང་ཡོད་དུས་གང་
 འདྲ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་པ་དང་བྱ་གཞག་ཅི་ཞིག་བསྐྱུ་བ་ཡོད་གསལ་
 པོ་ཞིག་ཤེས་ཀྱི་མེད། ད་ལྟོ་ཆར་ཁྱེད་རང་ཆོ་སྒྲོ་བ་བྱ་ལ་སོང་
 རྟེ་རྟེ་ས་སུ་ཆོན་རིག་པ་དང་། ཨ་ར་ལས་འཆར་འགོད་པ། ཁྱེས་ས་
 ཅོད་པ། སྐན་པ། ཆོང་ལས་གཉེར་མ་ཁམ་སོགས་ཆགས་ཐབས་
 ཀྱི་སྦྱོང་བ་དང་སྦྱོང་སའི་མཐོ་རིམ་སྒོ་བ་བྱ་ལ་འགྲོ་པེས་རེད། དེ་
 ནས་ཁྱེད་རང་ཆོ་མི་ཆེའི་འཆོ་བ་ཞེས་པའི་ནང་དུ་འཇུག་དགོས་པེས་
 རེད། དེང་སང་སྤྱི་ཆོགས་ཀྱིས་ངོས་འཛིན་བྱེད་པའི་“མི་ཆེའི་འཆོ་
 བའི་ནང་དུ་འཇུག་པ།”ཞེས་པ་ནི་ཁྱེ་བྲག་གི་སྒྲོ་མ་གཞི་ཞིག་ནང་
 འཆོམ་པོར་གནས་ཐབས་བྱ་ཆུ་ཅུ་མ་རེད། དེ་ནི་སྐར་ནས་ཡོད་
 པའི་གོ་མས་གཤིས་ཤིག་གི་ནང་ཞུགས་པ་དེ་རེད། སྒོ་སྐུ་པ་ཞིག་
 ནི་ཁྱེད་རང་ཆོ་མང་ཆེ་བ་ཞིག་ལ་སྒྲོ་བ་སྦྱོང་སྦྱོང་པའི་དམིགས་ལུ་
 དེ་ཁོ་ནའི་ཆེད་ཡིན་པ་དེ་རེད། ལས་ཁུངས་ཤིག་གི་ནང་ཞུགས་
 ཀྱི་དང་། བཟའ་ཆང་བསྐྱིག་ཀྱི། བྱ་སྤྱད་སྤྱེ་ཀྱི། རང་རང་གི་
 ཁྱིམ་མཆོས་དང་འགྲན་བསྡུར་ཀྱིས་ལས་ཀྱི་ལག་པོ་ཞིག་རིག་ཐབས་
 གྱུ་ཆུ་སོགས་ནི་ཁྱེད་རང་ཆོས་ངོས་འཛིན་བྱེད་པའི་མི་ཆེའི་འཆོ་
 བ་རེད་ལ། སྐྱེར་བྱང་དེ་ཅུ་མ་ཀྱིས་ཁྱེད་རང་ཆོའི་འདོད་སྤྱོད་ངོས་
 ཀྱི་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། འོན་ཀྱང་ཁྱེད་ཆོས་སྒྲོས་དང་དེ་ནི་འཆོག་ནས་
 ཀྱི་བྱ་བ་ཆད་ཅང་ཆུང་ཆུང་ཞིག་རེད། མི་ཆེའི་འཆོ་བའི་ནང་དེ་



མ་ཡིན་པའི་བྱ་གཞག་གཞན་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། དེ་དུས་ཀྱི་
 རང་སྤྱོད་ཀྱི་མི་ཆོའི་འཆོ་བ་གཅིག་པུ་མ་ཡིན་པར་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་
 བྱ་མོང་རང་བཞིན་གྱི་འཆོ་བ་ཡང་ཡོད། རྟེན་རང་འཆོ་སྤྱོད་
 རྟེན་སའི་སྤྱི་ཚོགས་དེས་ཀྱིས་ངེས་པར་དུ་བསྐྱབ་དགོས་པའི་
 བྱ་གཞག་རིགས་དང་ཀྱིས་ངེས་པར་དུ་བསྐྱབ་མི་ཉན་པའི་བྱ་
 གཞག་རིགས་གང་དག་ཡིན་པ་འཆད་ཀྱིན་ཡོད་མོད། རྟེན་རང་
 གི་བསམ་པ་དང་དམིགས་ལུལ། འདོད་འདུན་བཅས་ནི་དེ་དག་
 ཚང་མ་དང་འགལ་ཆུར་འབྱུར་གྱིན་ཡོད། རྟེན་ལ་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་
 རྫོམ་གཞི་ཞིག་གི་ནང་འཚམས་པོ་ཡོང་བར་ཤེས་ཡོན་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོད་
 པ་རེད་ལ། ཤེས་ཡོན་དེ་སྤྱད་ནས་ཀྱིས་མི་ཆོའི་འཆོ་བ་འབྱུང་
 ཐབས་བྱ་དགོས་ངེས་ཡིན། དེ་ནི་ཆུ་ཕྲན་ཆུང་ཆུང་ཞིག་སྤྲུལ་ཐབས་
 མེད་པའི་ཆུ་མཆོ་ལ་ཐུག་པ་ལྟ་བུ་རེད། ཀྱིས་ཀྱིས་ཤེས་རྟོགས་
 བྱུང་བ་ཡོད་ཆད་མོད་ཉི་ཤུ་སྤྲུལ་ཐུ་ཞིག་གི་རིང་བྱ་ཆུང་གཏང་
 སའི་ཞི་འཇམ་གྱི་གཙང་པོ་ཆུང་ཆུང་དེ་རེད། དེ་ནས་ཀྱིས་རང་
 རྫོམ་བྱུ་དག་ལྟ་བུ་འཕྱར་ཞིང་ཉེན་ཆད་ཆེ་བའི་སྤྲུལ་ཐབས་
 གཏེར་ཆེན་པོའི་འཇིངས་སྤྱོད་ལ་སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་པ་རེད། གཞི་ཆུ་ཆེ་ཞིང་
 རྩུས་སང་འཕེད་པའི་མི་ཆོའི་ཆུ་གཏེར་ཆེན་པོ་དེའི་ནང་དཀའ་ངལ་
 མང་པོ་ཞིག་གཏོང་ལེན་གྱིས་འབྱུལ་བཞུད་བྱ་བར་བྱུང་དུ་འཕགས་
 པའི་རྩུས་ཙམ་ཞིག་དགོས་མོད། ཡིད་པངས་པ་ཞིག་ལ་ཀྱིས་ཆོར་
 དེ་འདྲ་ཞིག་དམིགས་ལུལ་དུ་བཟུང་སྟེ་ཤེས་ཡོན་སྤྱོད་མེད་པ་རེད།
 ངའི་བསམ་པར་ཤེས་ཡོན་ནི་ཉེན་ཆད་ཆེ་བའི་མེད་པའི་གཙང་
 པོ་དེའི་སྤྱོད་ཆོས་བྱ་ཆུང་གཏོང་བྱུང་ཐབས་ཅམ་ཁོན་ལ་འབད་
 པ་མ་ཡིན་པར། ད་དུང་ཀྱིས་ཆོའི་མི་ཆོའི་འཆོ་བའི་ནང་། དུས་
 ཆོད་ངེས་ཅན་ཞིག་ལ། རྩུ་མཆོའི་འཇིངས་སྤྱོད་ཀྱིས་ཐབས་
 རྩུན་དང་། རམ་མཐུག་པའི་དྲག་ཆར། རྩུགས་ཀྱིས་འཕྱུར་པའི་
 ཆུང་ནག་སོགས་ལ་གཏོང་ལེན་བྱུང་བ་བྱ་ཆུང་དེ་རེད། འོན་ཀྱང་
 རྫོམ་པ་ཞིག་ལ་དོན་དངོས་སྤྱོད་ཆོ་རྫོམ་གཞི་ཞིག་གི་ནང་

འདུག་ཐབས་ལ་ཤེས་ཡོན་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། གལ་ཏེ་ཀྱིས་
 ཆན་རིག་སྤྱོད་འདོད་ཡོད་ཆོ་ཀྱིས་ལ་ཤུ་བྲག་གི་སྤྱོད་ཆེན་དེའི་ཐད་
 རྫོང་བདར་སྤྱོད་ཀྱིན་ཡོད་པ་རེད། རྩུ་མཆོའི་འཇིངས་སྤྱོད་མ་
 བསྐྱོབས་བར་དུ་ཀྱིས་ཀྱིས་རྫོམ་པའི་བྲག་ཐབས་དང་བྱ་ཆུང་གཏོང་
 ཆོག་ངེས་རེད། འོན་ཀྱང་མཐར་ཀྱིས་རང་མི་ཆོའི་ཆུ་གཏེར་དུ་
 རྫོང་པའི་ཆོ། གལ་ཏེ་འབྱུང་པོ་བཙུམ་དགོས་ལ། དེ་དུས་འཇིགས་
 རྫོང་དང་རྫོམ་ཆེན། ཡི་སྤྲུལ་བཅས་སྤྱོད་ཡོང་པ་དང་། རི་ལ་ནན་
 པོ་ཞིག་ཀྱང་ཡོད་པོར་འཁོར་ཡོང་ངེས། དེ་དུས་ཀྱིས་ཀྱིས་སྤྱོད་
 པར་མི་ཆོ་ནི་ཆེས་རྫོགས་འཇིང་ཆེ་བའི་དཀའ་ངལ་ཞིག་རེད་སྟེ་མ་
 ཀྱིན། དཀའ་ངལ་དེ་སེལ་བའི་ཐབས་ལམ་སྤྲུལ་བའི་ཞིག་རག་
 པར་རེ་ལ། ལུལ་བྱུང་མི་སྤྲུལ་ཅིག་གིས་ཀྱིས་ཀྱིས་དཀའ་ངལ་
 བསལ་བའི་ལན་འདྲེན་སྤྲུལ་བའི་ཞིག་བྱུང་ངེས། ཁོང་ཆོ་ཁ་གས་
 ཀྱིས་སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་པ་ཞིག་གསལ། ཡང་ན། དམར་སྤྱོད་སྤྱོད་
 རིང་ལུགས་པའི་ལམ་དུ་ཞུགས་དང་། དཀའ་ངལ་ཆད་མ་སེལ་འགྲོ་
 ངེས། ཟེར། གལ་ཏེ་ཀྱིས་ཀྱིས་དེ་རྫོང་བྱ་ཆུ་མིན་ན། ཀྱིས་རང་
 བདག་ཉིད་ཆེད་མོ་སྤྲུལ་སྤྱོད་ཤེས་འདུག་པ་ཞིག་གསལ། ཡང་ན།
 དཀའ་ངལ་ཡོད་ཆད་སེལ་བའི་ཐབས་ལམ་ཞིག་རེག་ཆེད་རྫོང་བྱུང་
 གཞན་ཞིག་སྤྱོད་སྤྱོད་དང་། འོན་ཀྱང་ལམ་ལུགས་བྱེ་བྲག་པ་ཞིག་
 ལམ་ཐབས་ལམ་སྤྲུལ་བའི་ཞིག་རག་མི་སྤྱོད་པ་ཞིག་རེད།
 མི་ཆོའི་འཆོ་བ་ནི་ཤིན་ཏུ་རྫོགས་འཇིང་ཆེ་བའི་བྱ་གཞག་ཅིག་
 མི་མང་ཆེ་བས་དེའི་གོ་དོན་གསལ་པོ་ཞིག་རྟོགས་ཀྱི་མེད་སྤྲུལ་
 པོ་གཞི་ཐུག་འབྱུང་གི་ཡོད་པ་དང་། ཁོང་ཆོའི་སེམས་ཀྱིས་ངོས་འཇིན་
 རྟེན་པའི་དཀོན་མཆོག་ལ་སྤྲུལ་ཞུ་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད། ཁོང་ཆོ་དགའ་
 རྩུག་གི་ནང་དུ་འཐིམ་པའི་ཆོ་མཁོན་སྤྲུལ་དང་དཔུང་གཉེན་དཀོན་
 མཆོག་ཅིག་ཡོད་པར་རྫོམ་ལ། ཡིད་ཆེས་དེས་ཁོང་ཆོའི་སེམས་
 སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་དང་སྤྱོད་པ་ཞིན་ཡོད་པ་དང་། ཡིད་ཆེས་དེས་
 ཁོང་ཆོས་མི་ཆོའི་དོན་དུ་གཏེར་བར་སྤྲུལ་བྱུགས་ཀྱང་སྤྱོད་ཀྱིན་

ཡོད། ཆོས་ལུགས་ལ་དད་ཞེན་ཆེ་པའི་མི་འདི་དག་ཙམ་མ་ཟད།
 དེའི་ཁོངས་སུ་དྲུང་སྤྱི་ཚོགས་གསལ་བ་ཆེ་མཁན་དང་། དམར་
 རྩོགས་རིང་ལུགས་ལ། གཡོན་གྱི་རྩོགས་ཁག་དང་། གཡམས་ཀྱི་
 རྩོགས་ཁག། དེ་དག་གི་བར་གནས་མཁན་གྱི་ཡེ་ཤུའི་ཆོས་པ་ཆོ་
 དང་། ཉིན་རྒྱུ་ཆོས་པ་ཆོ། ཁ་ཆེའི་ཆོས་པ་ཆོ་དང་སངས་རྒྱས་པ་
 ཆོ་ཡང་ཡོད་པ་རེད། ཁོང་ཆོས་མོས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཕྱེ་བྲག་གི་ཉ་རྩ་
 རྩའམ་རེ་བཟུང་སྟེ། རྩེ་ཕུ་ཁྲུང་རེ་བཟུང་དེ་ཕྱན་མོང་མ་ཡིན་
 པའི་མི་ཆེའི་ཁྱུ་གཉེར་འདི་ལ་རྩ་བཞིན་ཡོད། དེར་བརྟེན་འགལ་
 རྒྱའི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་རྩ་གྲུབ་དང་ཆོས་ལུགས་འདི་ཆང་མར་གཞི་
 བཅོལ་ཏེ་མི་ཞིག་གིས་བྱ་གཞག་ཅི་ཞིག་བསྐྱབ་ན་འཚམ་པ་ཡོང་
 བ་ཞིག་རེད།

འདིར་ཁྱེད་ཆོར་ཡིག་རྒྱལ་ལ་འཕྲོད་པའི་ཆེད་དུ་སློབ་སྦྱོར་
 སློབ་པ་དེ་ཉིད་ཁྱེད་ཆོས་དོན་དུ་ཁྱེད་ཆོ་འཛིན་རྣམས་མེ་ཆེར་གཏོང་
 བ་དང་། ཤེས་འདོད་ཀྱི་འདུན་པ་ལྟར་ལས་རྩལ་ལ། མི་ཆོར་ཉིང་
 སྦྱལ་གྱི་བསམ་བླ་མེ་ཆེར་གཏོང་བ་སོགས་གང་ཡང་ཡོང་གི་མེད་
 པས། ཁྱེད་ཆོ་ཆོག་དོན་ཙམ་ལས་བཞུགས་ཏེ་མི་ཆོར་འཚོ་བ་རྟོགས་
 ཀྱི་ཁ་རྩོགས་སྟེག་གི་མེད། ཁྱེད་ཆོས་གཏན་འཁེབས་བྱས་པའི་
 སློབ་ཆུན་ཞིག་ལ་གཞི་བཅོལ་ཏེ་ཕྱེ་བྲག་གི་ཁྲིད་གཞི་ཁ་གསལ་སྦྱོར་
 གཉེར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཁྲིད་གཞི་དེ་དག་ལ་ཡིག་རྒྱལ་ས་
 འཕྲོད་པ་ཡིན་ན་རང་ཉིད་ཀྱི་འདོད་སྤྱོད་ཁོངས་ཀྱི་ཡོད། དེ་ནི་ཁྱེད་
 ཆོ་སློབ་སྤྱུག་ཆང་མ་དང་དགེ་གན་མང་ཆེ་བས་དོན་གཉེར་བྱེད་ས་
 རེད། ཁྱེད་རང་ཆོ་སློབ་སྤྱུག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་གྲུ་དོག་གི་ལམ་གྱི་
 འདིའི་ནང་ཞུགས་པའི་སྦྱོར་བཅར་སྦྱོད་ཀྱི་ཆ་ཡོད་སྟབས། དེའི་
 མཐུག་འབྲས་སུ་ཁྱེད་ཆོ་ནར་སོན་ཏེ་ཡོང་འབབ་རྒྱུ་ཙམ་ཡོད་པའི་
 བྱ་བ་ཞིག་རག་པའི་ཆོ་རང་ཉིད་པ་ཤིག་ཐུག་གང་ཡང་འབྱུང་འབྱུར་
 མི་སྟོ། ཁྱེད་ཆོ་རྒྱུད་རྒྱུད་ཡིན་དུས་ནས་སྟོག་དེ་བ་ལས་བཞུགས་ཏེ་
 བསམ་གཞིགས་བྱེད་པའི་ཉིང་སྦྱལ་མ་ཐོབ་པས། རང་ཉིད་ཀྱི་

སེམས་སུ་དེ་བ་དང་དོགས་སྒྲུང་འདོད་འདུན་སོགས་འཆར་སྟོ་
 གཞན་གཏན་ནས་མེད་པ་དེ་རེད། དགེ་གན་ཁོ་རང་ལ་མཁྱེན་དཔྱད་
 ཀྱི་ཡོན་ཆ་དང་དམའ་བོ་ཞིག་ལས་མེད་སྟབས། ཁོས་ཁྱེད་རང་ཆོ་
 ཤེས་བྱའི་གནས་ལ་སྦྱང་གཉེར་ཀྱི་འདུན་པ་བྲག་པོ་ཡོད་མཁན་ཞིག་
 ཏུ་འབྱུར་ན་མི་འདོད། ཁྱེད་ཆོས་ཁོང་ལ་དེ་བ་དེས་ན་ཁོང་ལ་ཤིག་
 ཐུག་འབྱུང་གི་ཡོད་པར་བརྟེན། ཁོས་ཁྱེད་ཆོར་སྟོག་དེ་བ་ལ་དོ་
 རྩའ་མང་ཙམ་སྟོན་ཅེས་སྦྱལ་མ་གཏོང་གི་ཡོད་པ་རེད། ལོ་དུ་མ་
 ཞིག་གི་རིང་ཁྱེད་ཆོས་འདི་རྩར་རྒྱུན་འབྲུངས་བྱས་ཏེ་མཐར་གཉེན་
 བསྐྱེགས་ཀྱིས་བྱ་བ་ཞིག་གཉེར་ཐབས་བྱ་དགོས་ལ། རང་ཆོས་མི་
 ཆེ་ཞེས་འབོད་པའི་རྩོག་འཛིང་འདིའི་ནང་ཞུགས་འགོ་བཙུམས་པ་
 རེད། དེ་དུས་གཞི་ནས་ཁྱེད་ཆོས་རང་གི་འདོད་མོས་དང་མཐུན་
 པའི་མི་ཆེའི་དཀའ་འཛོལ་སེལ་ཐབས་རྩལ་ལ་དེ་ཞིག་ལ་རེ་སྟོན་བྱེད་
 ངེས། དེ་འདྲ་ཡིན་ན། ད་ཁྱེད་རང་ཆོ་བྱ་གཞག་ཅི་ཞིག་སྦྱབ་
 མཁན་ཆགས་ཀྱི་འདུག རང་ཁྱེད་ཆོའི་མཐུན་དུ་སེལ་ཐབས་བྱ་
 དགོས་པའི་དཀའ་འཛོལ་ཅིག་སྟེང་གི་ཡོད་པའི་དོན་རྟོགས་ཀྱི་འདུག་
 གས།

ཤེས་ཡོན་གཙུག་ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་མང་ཆེ་བ་ཞིག་གིས་
 མ་འོངས་པར་ཁྱེད་ཆོས་མི་ཆེ་ཅི་འདྲ་ཞིག་བསྐྱལ་ཡོང་དང་། ཁྱེད་
 ཆོའི་བཟའ་ཆང་དང་ཡང་ན་སྤྱི་ཚོགས་སོགས་བར་གྱི་འབྲེལ་བ་དེ་
 ཅི་ཞིག་ཆགས་ཡོང་ཐད་ལ་དོ་སྒྲུང་བྱེད་ཀྱི་མེད་པ་དང་། ཁོང་ཆོས་
 ཁྱེད་རང་ཆོས་གང་འདྲ་བྱས་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་མི་ཆེའི་ནང་གི་རྩོག་
 ཟེང་མང་པོ་ཞིག་འཇགས་ཐབས་དང་གོད་ཆག་མང་པོ་ཞིག་སེལ་
 ཐབས་བྱ་བའི་ཐད་ཡོད་འདོག་བྱེད་ཀྱི་མེད། གཞི་རིམ་སློབ་གྲུ་
 དང་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲུ་མང་ཆེ་བ་ཞིག་གིས་དོན་གཉེར་བྱེད་ས་གཙོ་
 བའི་ཁྱེད་ཆོར་སྟོག་དེ་བ་བརྒྱུད་ཤེས་ཡོན་མཁོ་སྟོན་བྱེད་པའི་མཐུན་
 འབྱུར་བྱ་རྒྱ་ཙམ་དང་། ཁོང་ཆོའི་རེ་བ་ནི་ཁྱེད་ཆོས་ཡིག་རྒྱལ་ས་
 སྐབས་སུ་སྦྱ་ལབ་བརྩན་འཁོར་ཞིག་མི་བཞིན་གང་སྦྱངས་པ་དེ་

བསྐྱར་སྒྲིལ་གྱིས་འཁྱུང་པ་མེད་པར་འབྲེལ་བ་བྱ་རྒྱུ་རེད། གལ་ཏེ་
ཁྱེད་ཚོས་དེ་དེ་མ་དེ་བཞིན་བསྐྱར་སྒྲིལ་ཡང་དག་ཅིག་བྱ་བྱུང་པ་
བྱུང་ཆེ། ཁྱོད་ཚོས་ཁྱེད་ཚོར་རབ་འབྱམས་པ་(B.A) དང་སློབ་
དཔོན་ཆེན་མོ་(M.A) དང་། ཆེས་མཐོའི་སློབ་དཔོན་ཆེན་མོ་
(Ph.D)སོགས་ཀྱི་མཆན་གནས་སྤྲོད་པ་དང་། དེ་ནས་ཁྱེད་ཚོར་
ནམ་དཔྱད་ཀྱི་གོ་ཉོག་སྤྲོད་པ་དང་། རྒྱ་ཡི་སྐད་ཀྱི་སྒྲིལ་བྱེད་དང་།
དུས་། ཉེན་ཉེས་སོགས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པའི་རྩ་ལ་སྤྲོད་ཀྱི་སྒྲིལ་བྱེད་
འདིའི་ནང་ཞུགས་ཏེ་སྒྲིལ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་གཞི་ལ་གཞི་རྒྱ་ལྟ་བུ་
དགོས་པའི་ཁྱེད་རང་ཚོ་མགོ་གུང་དུ་འགྲོ་བའི་ཐབས་དང་། འགྲན་
ཅོད་བྱེད་ཐབས་། ལས་ཀ་ཞིག་རེ་ག་ཐབས་དང་དེ་རེ་ག་རྒྱུ་ལོད་
ཆད་སྒྲིལ་གཏོང་གིས་དེ་གཉེར་ཐབས་ཅི་མ་གྱི་ཆེད་སྤྲོད་པ་དང་སྤྲོད་
ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེར་བརྟེན་གལ་ཏེ་ཁྱེད་ཀྱིས་བྱེད་ཐབས་དེ་རིགས་
སྤྲོད་ནས་འཛོལ་བའི་དཀའ་ངལ་ལས་གྲོལ་བའི་ཐབས་ལེན་ཆེ། ཁྱེད་ཀྱི་
མགོ་སྐྱོར་བསྐྱེད་དང་སྐྱོག་ཟ་བྱ་བའི་ལམ་ལ། སྒྲིལ་བྱེད་ནང་གི་
མི་གཞན་མང་ཆེ་བས་བསྐྱེད་པའི་བསམ་མེད་སྒྲིལ་བྱེད་ཀྱི་ལས་
ཀ་ཆད་མ་བསྐྱེད་པའི་ལས་བཞད་པ་འདིའི་དོན་གསལ་བོ་ཞིག་
ཆགས་བྱུང་འདུག་གས།

ཅི་ཞིག་ལ་ནམ་དཔྱད་ཟེར་གྱི་ཡོད་དམ། ཁྱེད་ཚོས་ “ཁྱོད་
མི་ནམ་དཔྱད་ཅན་ཞིག་རེད།” ཟེར་དུས། དེའི་གོ་དོན་ཅི་ཞིག་
ཡིན། ངའི་བསམ་པར་ཁྱེད་ཀྱིས་ཡིག་རྒྱུགས་གཏན་ནས་མ་འཕྲོད་
ཀྱང་རུང་། དཔེ་དེ་བཞིན་ཀྱང་བསྐྱེད་པའི་མཁྱེད་ཡང་འབྱས། གང་
ཏྲར་ཁྱེད་རང་ནམ་དཔྱད་བྱུང་མོང་མ་ཡིན་པ་ཅན་ཞིག་ཆགས་བྱུང་
པའི་སྒྲིལ་བྱེད་ཀྱི་དེ་བཞིན་ཅི་ཞིག་ལ་ནམ་དཔྱད་ཟེར་ཞེས་པའི་
དེ་བའི་དེའི་ནང་རིམ་སྒྲིལ་ཡོང་དུས་ཁྱེད་ཚོས་གཟབ་ནན་གྱིས་ཉན་
འཛིག་བྱ་རོགས།

ང་ལ་མཆོན་ན། ནམ་དཔྱད་ནི་བསམ་སྒྲིལ་ཏེ་ཅང་ཞིག་གསལ་
གཏོང་བྱུང་པའི་རྩ་ལ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། དེ་ནི་སྒྲིལ་བྱེད་འདོད་

པ་དང་སྒྲིལ་བྱེད་ཀྱི་ཡིན། དེ་སྒྲིལ་དང་འཛིག་སྒྲིལ་སྤྲོད་སྒྲིལ་མི་ཞིག་
གི་བསམ་སྒྲིལ་དོན་སྤྲོད་འཆར་འགོད་ཀྱི་ནམ་པར་བཞོད་པའི་རིགས་
གཅིག་ལ་འང་མ་བསམ་པར་བསམ་སྒྲིལ་གཏོང་བྱུང་པའི་རྩ་ལ་ཞིག་
ཡིན་པ་རེད། དེ་ནི་དོན་དངོས་ཀྱི་རིགས་ཅི་བཞིན་ཉོག་སྤྲོད་པར་
བྱེད་པ་དང་། སྐྱོག་ཟ་རྩ་ལ་སྤྲོད་ཀྱི་རིགས་གང་ཡིན་ཉོག་སྤྲོད་པར་
བྱེད་པ། བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་གང་ཡིན་ཉོག་སྤྲོད་པར་བྱེད་པ། འཁྱེད་
སྤྲོད་ལ་ཞིན་ཆགས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཉོག་སྤྲོད་པར་བྱེད་པ་དང་། གསལ་
ལ་མི་གསལ་བའི་ཆ་གང་ཡང་མེད་པར་ཡོད་ཆད་ཞིབ་གསལ་གྱི་
སྒྲིལ་བྱེད་པར་བྱེད་པའི་ནམ་དཔྱད་ཀྱི་འགོ་ཚུལ་སྤྲོད་པ་རེད། དེ་
ནི་དཀའ་ངལ་གྱི་རང་བཞིན་ཞིག་ཏུ་མཐོང་ན་ཡང་། གལ་སྲིད་
ཁྱེད་ཚོས་གཞི་རིམ་སྒྲིལ་བྱེད་ཀྱི་འགྲོམས་པའི་སྐབས་ནས་འདི་ཉིད་ལག་
བརྒྱར་བྱ་བྱེད་ཀྱི་འགོ་བཙུགས་པ་ཡིན་ན། རིམ་པ་བརྒྱད་དེ་ཁྱེད་རང་
མཐོ་རིམ་སྒྲིལ་བྱེད་ཀྱི་འགྲོམས་པའི་དུས་སྐབས་སུ་སྒྲིལ་བྱེད་ཀྱིས་
རང་ཉིད་ཀྱིས་བྱ་གཞི་ཅི་ཞིག་སྤྲོད་ཀྱི་ཡོད་ཤིང་། དོན་དུ་གཉེར་
བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཤིང་བའོ་དོན་པའི་རྩ་ལ་ཞིག་སྤྲོད་ཡོང་ལ། ཁྱེད་ཀྱིས་སྤྲོད་
བྱེད་ཀྱི་གལ་ཆེན་རང་བཞིན་དེ་གང་ཡིན་དང་། ཅིའི་ཕྱིར་ཁྱེད་
རང་ལམ་བུ་དེ་ཞུགས་དགོས་པ་དང་། ཅིའི་ཕྱིར་དེ་དང་དུ་ཡིན་
དགོས་པ་སོགས་ཤེས་འདོད་སྤྲོད་ཤིང་། དེ་གཞི་འདིའི་བརྒྱད་རིམ་ལས་
ཁྱེད་ཀྱིས་རང་ཉིད་ལ་སྒྲིལ་བྱེད་པ་དང་དགོ་ཆེན་སྒྲིལ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲིལ་
གཞི་སོགས་ལས་བཞུགས་པའི་འཛོན་རྩ་ལ་ཞིག་དགོས་པ་དོན་ཅིན་
པའི་ལམ་ལ།

ངས་ཀྱང་ཁྱེད་ཚོས་སྤྱི་ལོའི་རིགས་ཀྱིས་རི་མོ་སྤྱ་
ཆོགས་ལ་ཆོན་གཏོང་སྤྲོད་སྤྲོད་པའི་སྐབས་ཀྱི་དེ་བཞིན་བསྐྱེད་པའི་
སྤྲོད་ཡོད་མེད་མི་ཤེས་མོད། དེ་བཞིན་ཅི་ཞིག་ལ་ཞིག་མི་
ཤིན་(Chimpanzee)ཅིག་གིས་རི་མོ་ཞིག་ཅིག་ལ་ཆོན་བཏང་
ཡོད་པ་དང་། དེ་དག་ནང་གི་ཁ་གསལ་ཏེ་ཅང་ཡིད་དུ་འོང་བའི་འདྲ་
རེད། མིའི་རིགས་ཀྱི་སྤྲོད་པ་དང་བསྐྱེད་པ་གང་སྤྲོད་ཆོག་འཛིང་

ཅན་གྱི་རིགས་ཆེས་མཐོག་གསུམ་སྐོ་ནས་བཅི་བྱུང་པའི་སྒོ་གསུམ་གྱི་རིགས་ཡོད་པ་རེད་ལ། སྒོ་གསུམ་རིགས་ཤིག་གིས་སྙན་རྒྱ་ཡང་ཆོས་འབྲེ་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པ་དང་། དེ་དག་ལས་ཁ་ཤས་ར་རང་ངོས་ནས་སྒོ་གསུམ་གྱི་བྱུང་ལ། དངོས་གནས་སྙན་རྒྱ་ཅུ་ཡང་ཡང་ཅེར་སོན་ཞིང་ནང་དོན་ངེས་ཅན་ལ་དེ་འདྲ་རེད། འདི་བསམ་པར་མི་ཉ་ཅང་མང་པོ་ཞིག་གིས་སྙན་རྒྱ་འདི་འདྲ་ཆོས་འབྲེ་བྱེད་བྱུང་གྱི་ཁག་པོ་རེད་སྙམ་བྱུང་། དེས་ན་འབྲུལ་ཆས་རིགས་གྱིས་མིའི་རྣམ་ཚད་ལས་བརྒལ་བའི་བྱ་གཞག་དེ་འདྲ་སྒྲུབ་གྱིན་ཡོད་པ་རེད། དེའི་དོན་ནི་རྩོམ་མཁས་ལུས་ཐེབས་ཡོད་པ་དེ་རེད།

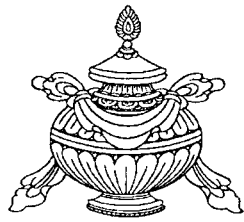
རྩོམ་མཁས་པ་ཡོད་ཚད་སྒོ་གསུམ་དེ་བ་ལས་སྤངས་པ་ཡིན་ལ། རྩོམ་(Gita)དང་(Quran)ཡང་ན་(Bible)ལས་གང་བཞགས་པ་དེ་བསྐྱར་སྒྲོས་ཅམ་བྱས་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་དཀྱུང་ལ་རིགས་སེལ་སྤང་བར་སྒྲོམ་གྱི་ཡོད་པ་རེད། རྩོམ་ཅིས་ཀྱང་སྤྱི་བདེ་རྒྱུད་པའི་སྤྱུ་དང་། འཆར་འགོད་དང་བོད་ཁྱེད་ལོག་ཡོད་པའི་འབྲུལ་ཆས་དང་། དེང་རབས་ཀྱི་འཆོ་གནས་ཞེས་འབོད་པའི་བསྐྱར་སྒྲོས་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ་དེ་དག་ལས་བརྒལ་བའི་ཤེས་ཡོན་ཞིག་སྤྱོད་དགོས། བསྐྱར་སྒྲོས་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ་དེ་དག་ལས་བརྒལ་བར་ཉ་ཅང་གི་སྤྱི་བདེ་དོད་པོ་དང་། གོ་ཏོགས་སུ་ཅིང་ངེས་པ་རྙེད་པའི་ཞུད་པ་ཞིག་དགོས་པ་དང་། དགེ་ཆེན་གྱིས་གང་ཞིག་བཤད་པ་གོ་བོས་བྱུང་བའི་རིགས་སམ་སྒོ་གསུམ་ལས་གང་ཞིག་བཞགས་པའི་རིགས་འབྲུལ་ཆས་ཀྱིས་སྤྱད་ལེན་དང་བསྐྱར་སྒྲོས་བྱེད་པའི་ཞུད་པ་ལས་སྤྱོད་པའི་ཞུད་པ་ཞིག་སྤྱོད་སྤྱོད་བྱ་བྱ་ནི་ཤེས་ཡོན་གྱི་ལས་འགན་རེད། ད་ཆར་འབྲུལ་རིགས་ཀྱིས་ཆེས་ཐ་མཁས་ཀྱི་བྱ་གཞག་སྒྲུབ་གྱིན་ཡོད།

ཁྱེད་ཆོས་སྒྲོས་དང་རྒྱལ་ཁབ་འདིའི་ནང་དུ་འབྱུང་བཞིན་པ་ནི་སྙན་རྒྱ་འདི་གསུངས་དང་(Gita)དང་ཆོས་དཔེ་གཞན་དག་ནང་བོད་པའི་རིགས་བསྐྱར་སྒྲོས་མཁན་པོ་དེ་དག་རེད། འདི་ནི་ར་

རང་ཆོས་མི་ཆེར་བསམ་སྒོ་གཏོང་སྤངས་ཆད་དུ་བྱུང་བཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པ་ལས། རྩོམ་མི་གཞན་གྱིས་སྤྱོད་ཆུང་སྤྱོད་བར་གཞིགས་སྤྱུག་པས་དེའི་དོན་ངོས་ཟིན་གྱི་མེད་པ་རེད། དོན་དངོས་སུ་རྩོམ་མཁས་སྒོ་ཞིག་ཅུ་བ་ནས་གཏོང་གི་མི་འདུག རྩོམ་མི་དཀྱུང་ལ་ཆེ་ཤོས་ནི་དགེ་ཆེན་དེ་དག་སོ་སོའི་ངོས་ནས་ཀྱང་དཀྱུང་གནད་འདི་ཉིད་ངོས་ཟིན་གྱི་མེད་པ་དེ་རེད། སྒོ་པངས་བཞིག་ནི་མི་མང་པོ་ཞིག་ལ་འདོད་སྒོ་དང་མཐུན་པའི་བྱ་བཞིག་རིགས་མེད་སྤྱུག་དགེ་ཆེན་གྱི་ལས་ཀྱི་འདི་མ་གཉེར་རང་གཉེར་སྤྱོད་པ་དེ་རེད། རྩོམ་མི་དཀྱུང་ལ་ཆེ་ཤོས་ཞིག་སྤྱོད་པ་ལ་དགོངས་འགལ་མེད་པ་མཁྱེན་ཞུ་བྱ་ཡིན།

འོན་ཀྱང་འདི་ནི་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ཡིན་པ་རེད། སྤྱིར་དགེ་ཆེན་འདི་སྤྱི་བདེ་རིགས་ལ་དོགས་གཅོད་དང་དབྱུང་འཇུག་གི་འདུན་པ་བསྐྱེད་པའི་ཆམ་དབྱེད་ཀྱིས་དབྱུལ་སྤངས། སྒོ་གསུམ་ལས་གང་ཤེས་པ་དེ་གཅིག་ཀྱིས་ཁྱེད་ཆོར་ཁྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་། ཁྱེད་ཆོ་ཡང་ལས་དབང་གི་དཀྱུང་ལ་འཁོར་དེ་འདྲ་ཞིག་གི་ནང་བཅུག་པ་རེད། ཁྱེད་ཆོའི་ཆམ་དབྱེད་ཀྱི་གོ་ཏོགས་སུ་དཔར་གཞིགས་འདེགས་བྱ་བྱ་ནི་ཡང་དག་པའི་ཤེས་ཡོན་པ་ཞིག་གི་ལས་འགན་ཡིན་པ་རེད། རྩོམ་མི་དཀྱུང་ལ་ཁྱེད་ཆོའི་ཆམ་དབྱེད་ཀྱི་གོ་ཏོགས་སུ་དཔར་གཞིགས་འདེགས་བྱེད་པའི་ཤེས་ཡོན་དེ་སྤྱི་བདེ་རིགས་ཀྱི་ཡོད་པའི་རེ་བ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

རྒྱ་གར་གྱི་ཉེ་རབས་བསམ་སྒོ་སྤྱོད་པའི་མཁས་དབང་(J. Krishna Murti)ཀྱིས་སྤོ་བ་བྱ་ཞིག་ལ་པ་ལ་སྤོ་བ་གནང་བ་ལས་བསྐྱར།



པས་མི་སྤྱི་འདུ་ཞིག་ཡིན་ཏེ་ཐོབ་ཐང་དང་འདྲ་མཉམ་དང་གོ་གནས་གཅིག་གྱུར་ཅས་རིན་ཐང་དུ་ཅང་ཆེ་པའི་ལྷ་གྲུབ་འདི་དག་རྒྱ་ཆེ་ཆང་མར་ཡོད་པའི་རིན་པོ་ཆེ་ཞིག་ཡིན་པར་འཐད་པ་དང་། མི་རིགས་ནག་པོ་ཡིན་པའི་བྱུང་མེད་ཅིག་ལ་མི་རིགས་དཀར་པོ་ཞིག་གིས་འདི་འདྲའི་གྲུས་བརྩི་བྱས་པའི་གོང་གི་གནས་ཚུལ་འདི་ཤིས་མོན་ཏེ་ ཏུ་ཏུ་ཁོ་རང་གིས་འཇོམས་སྤྱོད་ལྷོ་ལ་ཤེས་པར་བྱེད་པའི་ཆེད་དུ་བརྒྱུད་པ་ཞིག་ཡིན་ནོ།། མཐར་ཐོང་གིས་གསུངས་དོན་ལ། རྒྱ་ཆེ་ཆང་མ་མི་རིགས་དཔེ་དང་ཐོབ་ཐང་གཅིག་མཚུངས་ཡོད་པ། དེ་བཞིན་གཉིས་སུ་མེད་པའི་རང་གི་ཤིས་བཟང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ནམས་ནི་རང་རྩྭ་ལྷོ་ལྷོ་འདི་ཁོང་ཆང་བསྐྱེད་པའི་རང་གི་ཁྱོད་ཆོར་དང་འདྲེས་ནས་བརྒྱུད་པ་ཡིན།

ལཱ་ར་ཆེ་ཉི་ཤོད་ཤེས་མོན་ཏེ་ཏུ་ཏུ་(Archbishop Desmond Tutu)ལགས་ཁོ་རང་ ༡༩༩༡ ལོར་(Mining Town, West of Johannesburg), Klerksdorp ཞེས་པའི་ནང་འཁྲུངས་པ་རེད། ཁོ་རང་འཁྲུངས་པའི་སྐབས་དེར་ལུང་པའི་ནང་རིག་གཞུང་དཔེ་འབྱེད་ཀྱི་ལས་འགུལ་དང་མི་རིགས་དཀར་པོ་ནམས་ཀྱིས་མི་རིགས་ནག་པོ་ནམས་ལ་བཅན་གནོན་དང་ཁྲད་གསོད་མཐོང་ཆུང་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པས་དོན་དམ་དངོས་ཡོད་དུ་མི་རིགས་ནག་པོ་ཅེ་མེད་དུ་གཏོང་བྱུང་། ཕྱོགས་སུ་ཁ་ལྷོ་སྐྱུར་བཞིན་ཡོད་པ་དང་དེ་ནས་སྤྱི་ལོ་༡༩༩༤ལོ་ལ་མི་རིགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་ཆོགས་པ་(Nationalist Party) ཞེས་པ་ཞིག་གསར་འཛུགས་གནང་པ་དང་འདིའི་ནང་ལས་འགུལ་གཙོ་བོ་ནི་(Apartheid) ཞེས་པའི་མི་རིགས་དཀར་པོ་ནག་དཔེ་འབྱེད་ཀྱི་སྤྱི་དུས་ཁྲབ་བསྐྱུགས་བྱེད་ཀྱི་ན་ཡོད། འདི་བཙུགས་པའི་དགོས་དམིགས་ནི། མི་རིགས་དཀར་པོའི་དབང་ཐང་གི་གྲངས་འཛོལ་དེ་མི་རིགས་ནག་པོ་ལས་ལྷ་བ་ལྷ་ཅོམ་གྱིས་མང་བ་བཟོ་བྱུང་། འདུན་པ་དང་མི་རིགས་ནག་པོ་ནམས་ལོགས་སུ་དཔེ་འབྱེད་ཀྱི་

ཐབས་ཁྲུས་དང་རང་གནས་ལས་ཁྲུབ་ལ་ཉེ་བསྟེན་དགོས་པ་དང་རང་དབང་མེད་ལ། དེ་མིན་སྤེལ་ཆོགས་རིགས་ཀྱིས་ལས་འགུལ་སྤེལ་མི་ཆོག་པ་དང་། ཐ་ན་ཁྲིམས་ཐོག་ནས་ཀྱང་བྱེད་བདེན་ཀྱབ་ཏུ་དོར་ཏེ་ཕྱི་འབྲས་གོ་ཚོག་གིས་དཔེ་འབྱེད་བཞིན་ཡོད་པ་དང་རང་ཉིད་ལ་ས་གནས་གཅིག་ནས་གནས་སྤོར་བྱེད་དགོས་ན་འདྲ་ཆོག་མཆན་ཞུ་དགོས་པ་དང་། དེ་ཡང་གིན་ཏུ་ནས་རིག་དཀར་པོ་བཞིན། འདི་འདྲའི་སྤྱོད་ལྷོ་ལྷོ་འདི་ཁོང་ཆང་ལས་བཀལ་བའི་གཉའ་གནོན་དང་གཏུག་རྒྱུ་བྱེད་ཀྱི་ན་ཡོད་པས་གནས་ཚུལ་མ་ཁོ་སྐྱབ་མང་པོ་ཞིག་གི་ཤྱེན་པའི་ཤིས་མོན་ཏེ་ཏུ་ཏུ་ཁོ་རང་ཆུང་དུས་ཀྱིས་པའི་སྐབས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ནམས་ཡིད་ལ་སྤྲེལ་འཆར་ཡོང་གི་ན་འདུག ཐེར་སྤོར་ དཱ་ཏེ་ལ་སེ་ཏོན་(Trevor Huddleston) ལགས་ནི་སྐབས་འདི་ནས་བཟུང་ཁོ་རང་གི་མི་ཆོའི་ལམ་སྟོན་པ་ལྟ་བུར་ཆ་འཛིན་པ་དང་ལས་དོན་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་སྟོབས་གྲགས་ལྟ་བུ་ཆགས་ཡོད། ཐེངས་གཤིག་ཤིས་མོན་ཏེ་ཏུ་ཏུ་ཁོ་རང་སྤྱན་ཁང་དུ་ནད་བཅོས་བྱེད་པའི་སྐབས་སུ་(Anglican Priest Huddleston) ཁོང་གྲག་འཕྲད་དུ་ཡོང་བ་དང་ཁོང་ནམ་པ་གཉིས་པན་ཚུན་བརྩེ་བའི་སྤྱོད་མོ་ལག་ནང་བས་(Anglican Priest Huddleston) ལགས་ཀྱིས་ཤིས་མོན་ཏེ་ཏུ་ཉི་མུན་པ་བྱེད་འདོད་ཀྱི་དམིགས་ལུལ་དང་འདོད་སྟོབས་ལྟོགས་ན་འདྲ་སྟོབས་ཡོན་ཀྱི་དཀའ་ངལ་མང་པོ་འཕྲད་ཤྱེན་སྤྱན་པ་བྱེད་འདོད་ཀྱི་དམིགས་ལུལ་ཡང་སྟོང་པར་གྱུར། མཇུག་མཐར་ཁོང་གི་ཕ་དང་འདྲ་བར་སྟོབས་གྲུའི་དགོ་ནན་ཆེན་མོ་ཞིག་གི་ཕྱག་ལས་གནང་བ་དང་མཐར་ལོག་སུ་མ་གྱི་རྩེ་སུ་ཁོང་གིས་བུ་ཏུ་ཤེས་ཡོན་ལམ་ལུགས་(Bantu Educational System) ཐོག་སྟོབས་བྲིད་གནང་བཞིན་པའི་དུས་སུ་མི་རིགས་ནག་པོ་ལ་བཀག་སྡོམ་བྱས་ཤྱེན་མཐའ་མཇུག་ ཁོ་ཡང་དགོ་ནན་ཀྱི་ལས་གནས་ལས་དགོངས་པ་ཞུས་པ་དང་ཁོང་གི་དགོ་ནན་ཀྱི་ལས་ཀ་འདི་སྟོན་ལྟར་ཁོང་གི་སྤྱི་བདག་མན་ཏོར་དཱ་ཏེ་ལ་སེ་ཏོན་(Mentor Huddleston) གིས་སུ་



མཐུད་དུ་གནང་བ་རེད།

ཕྱིས་སུ་ཁོ་རང་ལོན་ཏོན་ལ་སློབ་སྦྱང་གི་ཆེད་དུ་ལེབས་པ་
 དང་ཕྱིར་རང་ལུ་ལུ་ལོག་སྐབས། གླུ་ལོ་ ༡༩༥༥ ལོར་མི་རིགས་
 ན་ག་པོ་ལ་ཆོས་སྡེ་ཞལ་ངོ་འདེམས་སྐྱེག་ཐོག་མར་བྱུང་བ་
 དང་(Dean of St. Mary's Cathedral)ཏེ་ས་མོན་ཏྲ་
 ཏྲ་ཁོ་རང་སྐབས་དེར་ (Bishop of Lesotho)ཡིས་ཕྱག་
 ལས་གནང་བ་དང་། གླུ་ལོ་ ༡༩༥༩ ལོ་ལ་ཁོང་གནས་ཤིང་འཕམ་
 ནས་ཚྭ་ཨ་ཕྱེ་རི་ཁ་ཆོས་སྡེའི་སྤྱི་ཁྱབ་བྱུང་ཆེ་(General
 Secretary of the South African Council of
 Churches)ཞེས་འབོད་པ་དང་རིམ་བཞིན་ཁོ་ལ་(Anglican
 Church)རེག་པ་དང་མཉམ་དུ་ ཨུར་ཆེ་ཆོ་ཤོབ་ ཏྲ་ཏྲ་
 (Archbishop Tutu)ཞེས་པའི་མཆོན་གནས་བོད་ཡོད་པ་རེད།
 ཁོང་གི་འཆོ་མེད་ཞི་པའི་ལམ་ནས་མི་རིགས་དབྱེ་འབྱེད་ཀྱི་ལམ་
 ལུགས་ལ་ངོ་ཚོལ་བྱས་པ་དང་ཀྱུ་ལ་ཁབ་ནང་གི་ཉེན་རྟོག་པ་ནམས་
 ཀྱང་བྱང་བདེན་དགོས་པ་དང་། བན་ཚུན་གཉེན་གཤིས་མེད་པ་གཏོང་
 བ་མོགས་ཀྱི་ཐབས་ཤེས་བྱུང་འབྱེད་ཀྱི་ལས་འགུལ་མང་དུ་སྒྲེལ་ཏེ་
 མཐར་གྱི་ལོ་ ༡༩༩༤ ལོར་ཁོང་ལ་འཛམ་གླིང་ཞི་བདེའི་གཟེངས་
 རྟགས་དེ་ཕུལ་བ་རེད། འདི་ནི་ཁོང་གིས་མི་རིགས་དང་ཀྱུ་ལ་ཁབ་
 ཀྱི་དོན་དུ་དཀའ་ངལ་ལ་མ་འཛེམ་པར་རྩས་ཤུགས་གོང་བྱ་གཅིག་
 གྱིལ་གྱིས་རྩར་བརྩོན་བྱས་པའི་འབྲས་བུ་ཞིག་ཡིན་ལ། གཞི་བཞིན་
 ཀྱི་མཆོན་རྟགས་ཞིག་ཡིན་པར་མ་ཟད་རྒྱལ་སྐྱོད་ཀྱི་ཀྱུ་ལ་ཁབ་
 ཀྱང་ཡིན་ནོ། འདིའི་ཕྱིས་ཀྱི་ལོ་ངོ་ཉི་ཤུ་ཙམ་བརྒྱུད་དེ་གླུ་ལོ་ ༡༩༩༠
 ལོར་ནེལ་སན་མེན་ཏེ་ལ་(Nelson Mandela)ཁོ་རང་བཙོན་
 ནས་སློང་གྲོལ་བཏང་བ་དང་། རང་ཉིད་ཕྱགས་རྒྱུང་རིང་པོའི་
 དམིགས་ལུ་ལ་དངོས་སུ་ལེགས་གྲུབ་བྱུང་སྟེ། མི་རིགས་དཀར་
 ནག་གི་ལམ་སློལ་འདི་ཡོངས་སུ་མཐུག་ཤིགས་པ་རེད། ཏུས་འདི་
 ནས་བཟུང་ཁོང་རྒྱལ་པ་གཉིས་དམིགས་ལུ་ལ་གཅིག་ཏུ་རྩོམ་སྟེ་

རི་ཁོའི་ནང་གསར་གཏོད་ཀྱི་སློང་སྟོབས་ཆེས་ཆེར་འཛིན་པ་དང་།
 སྐབས་འདིར་མན་ཏེ་ལ་(Mendela)ཁོང་གི་གཞུང་གསར་པ་འཛིན་
 སྟོང་བྱས་པ་དང་ཏེ་ས་མོན་ཏྲ་ ཏྲ་ཁོང་གི་ཁྲིམས་ཐོག་ནས་ཁྲིམས་ལུགས་
 ཀྱི་སྒྲིག་གཞི་བཀོད་བསྒྲིགས་གསར་གཏོད་བྱས་པ་དང་། སྐར་ལས་ལྷག་
 པའི་ཐོབ་ཐང་འདྲ་མཉམ་དང་བསམ་སྒྲོལ་བཅེངས་གྲོལ་མོགས་སྒྲིག་ལམ་བཟེ་
 འཇགས་དང་ལན་ཚུ་ལ་བཟོད་སྟོམ་བཅས་གཞུང་སླེར་གྱི་བྱ་བ་ཅི་འདྲ་ཞིག་
 བྱས་ཀྱང་བྱང་བདེན་ལུ་རྒྱ་ནི་ཆང་མས་འོས་འགན་གཅིག་ཏུ་འབད་བརྩོན་
 གནང་དགོས་པའི་ལམ་སློལ་གསར་གཏོད་གནང་ཡོད་པ་རེད། མཐའ་མཐུག་
 གི་རེ་འབྲན་རང་ཉིད་ཀྱིས་བཞིན་དོན་ལས་གཞི་རིམ་མོ་འདིར་རེ་སྟོབས་ཆེན་
 པོ་ཞིག་ཡོད་པས། ང་ཆོའི་དཀའ་ངལ་ཆེ་ཆུང་གང་ལ་འང་མ་བཏུས་པར་
 གདོང་ལེན་བྱེད་དགོས་པར་མ་ཟད་དཔེར་ན། བཀྲེས་སྒྲོམ་གྱི་སྒྲིག་བཟུལ་
 དང་། འབྲུག་ཡོང་གི་དཀའ་ངལ། དཔལ་འབྱོར་དང་དབང་ཐང་ཆེ་ཆུང་
 གི་ཁྱད་པར་ལ་མོགས་པའི་དཀའ་ངལ་མང་པོ་ཞིག་འབྱུང་བཞིན་ཡོད། ཐ་
 ན་རྒྱལ་ཁབ་བྱེ་བྲག་སྟེ་ཨ་ཕྱེ་རི་ཁོའི་ནང་ཆ་བཞག་ནའང་མི་མང་པོ་ཞིག་
 རེག་དུག་གི་རྒྱུན་པས་མི་མང་པོ་ཞིག་ཆོ་ལས་འདས་བཞིན་པ་དང་། གལ་
 སྲིད་ང་ཆོས་གནས་ཚུ་ལ་ཇ་དྲག་པོ་འདི་ཤེས་བཞིན་དུ་རེ་བཅེད་པོས་འཛིན་
 ནམ། ཡང་ན། ཅི་འདྲ་ཞིག་བྱེད་བསམ་པའི་སྒྲིམ་སམ། ང་རང་ངོས་
 ནས་བཞིན་ན། འདིའི་ནང་མི་བཟང་པོ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད། ཁོང་རྒྱམས་
 ཕྱགས་བསམ་དང་མ་འོངས་འཇུགས་སྒྲིན་གྱི་བསམ་སྒྲོལ་ཡོད་པ་འདི་ང་ཆོས་
 རེས་པར་དུ་དགོད་གོས་ཤིང་། དམིགས་བསམ་ལ་གཞིན་སྒྲིས་དར་མ་འཆར་
 ཡོངས་བྱུང་དང་འབྱུང་བཞིན་པ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད། ཐ་ན་ནད་གཞི་འདི་
 ལས་ཐར་ཐབས་ཀྱི་འབད་བརྩོན་གནང་དགོས། འདྲ་ཞིག་གནང་བྱུབ་ན།
 རང་ཉིད་ཅམ་མིན་པར་འགྲོ་བ་སྒྱིལ་ཡང་གལ་སྲིད་འདི་འདྲ་ཞིག་གནང་བྱུབ་
 ན། རང་ཉིད་ཅམ་མིན་པར་འགྲོ་བ་སྒྱིལ་ཡང་ལན་པའི་བྱ་བ་རྒྱལ་སྐྱོད་
 ཞིག་བསྐྱར་བྱུབ་པ་ཡིན་ནོ།

མཆན།

༡ We Speak As One-ང་ཆོས་གཅིག་ཏུ་བཞིན།

༢ Arthur Zajonc - ཨུ་དོར་ཇོ་འཛོན་ལ།

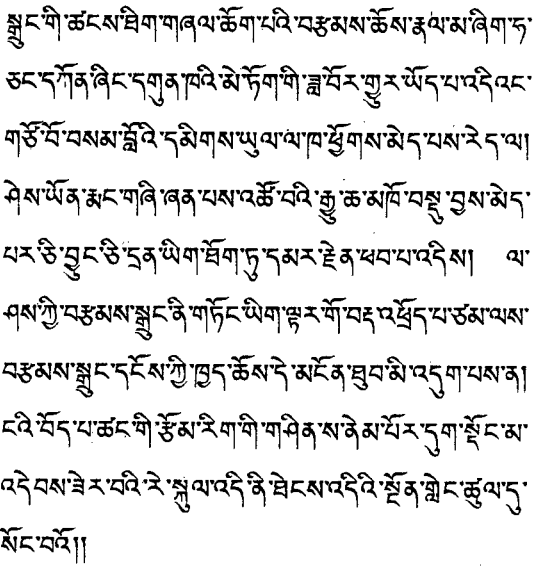


ཨ་ཁོར་གྱི་བཅའ་སྤྲུང་། སྐད་ལྟར་གྱི་བཅའ་སྤྲུང་དང་མཉམ་ཆུ། དཔླགས་ནས་གྱི་ཕྱིང་ཙོར།

ཕྱོད་མེད་འཁྱུག་འཁྱུག

ཉལ་གྱི་པལ་དུ་འདོན་ཐེངས་དང་པོའི་ཐོག་གི་ཁོའི་པམ་མ་ས་
ལྟར་ཉལ་རྒྱུ་ལྟེན་གྱི་པམ་དུ་དང་མིག་ལྟེན་ཡི་དགེ་རྒྱུ་ལྟར་
ནས་ཐེངས་ན་འདོད།

81

[illegible]

ལྟ་བུ་དེ་སྒྲིག་མཁན་ཆོར་འབྲེལ་བཤད་ཙམ་མ་ཡིན་པར་ཆོག་མ་སྱེ་
 ཞིག་གི་གནས་བབ་ཀྱི་རྒྱལ་སྤྱོད་ས་སྐྱར་མོ་ལག་མཐིལ་དུ་སྤངས་
 འདུག འུ་ཆོའི་རྒྱན་སྒྲིལ་ལ་པ་མས་རང་གི་བྱིས་པར་འདི་ལས་
 དང་དེ་མ་བྱེད་ཟེར་ནས་བསྐབ་བྱ་གནང་དུས། ཉག་ཉག་ལ་བྱིས་
 པ་དེའི་དཔྱད་ཤེས་ལ་དུད་ཅིག་ཆགས་ནས་ཁ་ལོག་ལམ་དུ་འགྲོ་ཡི་
 ཡོད་པ་བཞིན་ཆོག་རྟེན་འདིས་“མི་བྱ་ཅིས་ཐང་”དང་“མི་གཞི་
 ཀྱན་སྦྱོད་”མེད་པའི་རུལ་སྤངས་ཀྱི་ཆོག་མ་སྱེ་འདིར་དེ་ལྟ་བུའི་རྒྱན་
 ཤེས་ཀྱི་ཀྱན་སྦྱོད་སྤང་བ་ཅི་བྱ་དགོས་པའི་བསྐབ་བྱ་རང་བཞིན་གྱིས་
 སེམ་ཡོད་པས་རེད། མགཞི་ནས་འུ་ཆོའི་འཆོ་དཔྱད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུ་རིང་
 མོར་སྒྲིག་བཤེར་ཞིག་བྱས་དུས་ཡི་མུག་ཐང་ཆད་ཀྱི་དངན་རིང་
 མི་ཤོར་རང་ཤོར་རེད། རྣམ་དཔྱད་ཀྱི་དཀྱུ་ལ་ཡངས་པའི་སྤང་
 པ་བོད་ཀྱི་ཁབ་སྤྱིད་པ་ཐོག་མ་དང་བོད་རྒྱལ་མཐའ་མ་སྤང་འུ་དུམ་
 བཅན་པོའི་ཆེ་སྒྲིག་དེ་ཡང་“མི་བྱ་ཅིས་ཐང་”མེད་པའི་ཁོར་ལུག་
 ཅིག་གི་འོག་ནས་ཤོར་བ་རེད་ལ། རྒྱལ་ས་ཆེན་གྱི་ཆེ་སྒྲིག་དེ་ཤོར་
 པ་ནས་བཟུང་འབྲུམ་པོ་དང་ལྗོ་མ་པོའི་ས་བོན་དེ་གཙང་ལ་རི་མགོ་
 རས་འུ་ཆོའི་རྟེན་མཐིལ་ལ་བཏབ་སོང་། འདི་འདྲའི་སྒྲིག་ར་
 ཅན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ལ་ཞེ་མེར་དང་ཡི་ཐང་ཆད་ནས་རྩོམ་པ་པོས་“མི་
 བྱ་ཅིས་ཐང་”དང་“མི་གཞི་རིན་ཐང་”གི་བདེན་ལུགས་མི་འགྲོ་
 པའི་ཆོག་མ་སྱེ་ཞིག་གི་ཁ་གཏད་དུ་ཡངས་ནས་ཆོག་རྟེན་འདིས་བྱེ་
 ར་བས་པའི་རྟེན་རྒྱུགས་ཀྱི་ལམ་སྐྱེ་ཞིག་བྱེ་ཡོད་པར་མ་ཟད། མི་
 རིགས་འདིའི་སོན་རྩར་རྫོམ་པའི་ར་མ་ལུག་གི་སྒྲོ་བ་གྲའི་ཁོར་ལུག་
 ལ་རྒྱས་ཡོན་གཏིང་ཟབ་ཅིག་བྱས་འདུག་སྟེ་“སྒྲིག་ས་པོ་བྱེད་ཀྱང་
 སྒྲོ་བ་ཆོན་དགེ་བཤེས་དང་ཡིག་རྩལ་མཁས་དབང་ནམ་ཡང་མ་
 གནང་རོགས། དཔེ་མངོན་ནང་གི་དེ་བ་ཡོད་ཆད་ཀྱིས་ང་ཆོར་ཟུར་
 མིག་བརྩས་འདུག་ལ། འཇིག་རྟེན་ཆེན་མོའི་བསམ་གཞིག་གི་
 དོགས་གནས་ཡོད་ཅོད་ཅིག་གིས་ང་ཆོར་ལག་གཡུག་བྱེད་ཀྱིན་འདུག་
 ད་དུང་བྱམས་བཅེ་རྩན་པའི་མི་རིགས་ཤིག་གི་འབྱུང་འབྱུར་གྱི་སྐྱ་



ཐག་ཀྱང་ཆོར་གཏད་ཡོད་”ཟེར་པའི་འགན་ཁུར་རང་བཞིན་གྱི་
 སེམས་སྤྲུག་འདི་ནི་ཁོ་རང་ཉིད་ཀྱི་སེམས་སྤྲུག་མ་ཡིན་པར་མི་
 རིགས་ཤིག་གི་སོན་ཅའི་མདུན་ལམ་གྱི་སེམས་སྤྲུག་ཅིག་རེད། ཡིན་
 ཏེ་དེར་སྐབས་འཛམ་གླིང་རིག་གནས་སྣ་མང་ཅན་དུ་གྱུར་དང་
 འགྱུར་བཞིན་པའི་འཛིག་ཉེན་འདིའི་སྒྲུབ་ན་ཕུ་ཆོས་དུང་རིག་
 པ་རྒྱུད་གཅིག་ཅན་དང་རིག་གནས་རྒྱུད་གཅིག་ཅན་ལ་སྒྲོལ་ཡིད་ཆོས་
 ནས་རིན་ཐང་བྲལ་བའི་མེད་རིག་པ་མེ་ལ་སྤྱེད་པས་ཚུལ་འདི་དངོས་
 གནས་བསམ་དཀའ་ཆོད་ཡིན་མོད། ཆོག་སྤྱི་འདིའི་ཤེས་ཡོན་
 པའི་ཆོ་སྤོའ་དོན་གསལ་ནི་སྒྲོལ་ཆེན་དགེ་བཤེས་དང་ཡིག་ཅུ་ལ་མཁས་
 དབང་གི་རྒྱུད་ཏུ་ཅན་འདི་ཆོ་ཡིན་པས། གནས་སྤངས་འདི་འདྲའི་
 འོག་ནས་འཆར་བའི་ཤེས་ཡོན་པས་མི་རིགས་ཤིག་གི་སྤྱི་ཁྲིད་བྱ་
 རྒྱུ་ཡིན་ཟེར་ན་ཉིན་དཀར་དཀར་ལ་མི་ལམ་གསོན་པོ་མེས་པ་མ་
 ཡིན་ནམ། དེ་བས་ཚུམ་པ་པོ་སེམས་སྤྲུག་གིས་ཡིད་བརྟན་ཏེ་
 “བྱམས་བརྩེ་ལྟ་ན་པའི་མི་རིགས་ཤིག་གི་འབྱུང་འགྱུར་གྱི་སྣ་ཐག་
 ང་ཆོར་གཏད་ཡོད་”ཟེར་ནས་སྤྱི་ཐག་སྤོར་དགོས་པའི་གནད་
 འོན་ཡང་འདི་ལ་ཐུག་ཡོད་པས་རེད། འདི་འདྲའི་ལྷག་བསམ་ཅན་
 དང་རང་རིགས་ལ་ཞེན་པའི་སྤྱི་འགྲམ་རེ་བཤད་ན་པར། ཆོག་ས་
 སྤྱི་འདིའི་ན་བྱུང་ཁ་ཕྱིར་བཞུགས་སུ་ཕྱོགས་ཡོད་པས་བདེན་ལུགས་
 དང་བྱང་གཏམ་མི་འགྲོ་བས་ན། ད་གཟོད་ཁོ་པོར་སེམས་སྤྲུག་
 གི་སེམས་སྤྲུག་འདི་བྱུང་བར་སྟམ།

སྤྱང་འདིའི་སྤྱི་དོས་ཀྱི་ཆ་ནས་བཞུགས་ན། འགྲོ་བ་མེད་
 འཛོལ་གསལ་ན་རིན་ཐང་ཆེ་བའི་བརྩེ་དུང་ཞེས་པའི་ཆོར་བའདི་གཙོ་
 སྤྱི་དུ་བཟུང་ཡོད་མོད། བརྩེ་དུང་དེ་ཡང་ཆིག་རྒྱུད་ཅན་དང་
 གཏམ་བཤད་ཅམ་ལས་སྒྲོག་པ་པོའི་སྒྲོ་རོར་སྒྲོག་བརྟན་གཟིགས་
 པ་བཞིན་ཆོར་བ་བྲག་པོ་ཞིག་སྤྱིར་དཀའ་བར་སྤྱང་། དེ་ནི་ཁོ་
 པོས་སྒྲོལ་མ་གཡང་འཛོམས་ཀྱི་སེམས་ཁམས་ཞིབ་འབྲིའི་རྣམས་
 ཐབས་སྤྱད་མེད་པར་འཕྲིན་ཡིག་ཅིག་གི་ལམ་ནས་ཁོ་མོའི་བརྩེ་དུང་

ལ་མཐུག་སྤྱི་མ་བརྒྱབ་ཡོད་པ་དེ་རེད། རྒྱ་རྒྱུན་པའི་ལས་ཚུམ་
 པ་པོས་བརྩམས་སྤྱང་གི་མཐོ་སྒྲུབ་དང་སྒྲོག་པ་པོའི་ཁོར་ལུག་ལ་
 བསམ་གཞིགས་མ་བྱས་པར་ཐད་ཀར་ཁོ་རང་ཉིད་ཀྱི་བརྩེ་དུང་
 ཀྱི་སྤྱང་ཆ་མཆོན་བྱེད་དེ་མི་སྣ་ཆོས་བཟང་སྒྲོལ་མའི་བྱ་སྤྱོད་སྤྱིར་
 ལ་བབས་འདུག་ལ། འབབ་ཚུལ་དེ་ཡང་སྒྲོ་བྱུར་བཞིག་སྤྱི་འཛོ་
 པའི་སྤྱིར་གཡོ་སྤྱི་ཁམས་སྤྱི་མིང་རྒྱུད་ཅམ་ལས་ཆོས་བཟང་
 སྒྲོལ་མའི་གཤེས་ཀའི་སྤྱིར་ནས་དེ་ཆོ་མངོན་འདོན་བྱས་པ་དཀའ་
 བས། སྒྲོག་པ་པོའི་མིག་ནང་ན་ཆོས་བཟང་སྒྲོལ་མ་ནི་སྤྱིར་བཏང་
 བཞིག་ལས་དེའི་བྱ་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱིར་ན་སྤྱང་བ་མི་འགྲོ་ས་དང་སྤྱང་
 སེམས་སྤྱི་དགོས་པའི་ཆོར་བའི་བརྒྱུད་རིམ་འབྲེ་བྱུང་མི་འདུག་
 གལ་སྤྱིར་ཆོས་བཟང་སྒྲོལ་མའི་ཏམ་སེམས་དང་ཨ་རིའི་བརྟན་
 འཛིན་གཉིས་ཅི་ལྟར་འབྲུད་ཚུལ་གྱི་བརྒྱུད་རིམ་གསོན་པའོངས་
 བྱས་ཡོད་རྒྱུ་ན། སྤྱང་འདིས་སྤྱི་ཆོག་ས་འཛོ་བའི་འགན་བབ་
 འོས་འཆམས་ཤིག་ཟིན་ཡོད་ལ་སྒྲོག་པ་པོར་མཁོ་བའི་ཆོར་བའང་
 དེ་ཡིན་པར་འདོད་དོ།

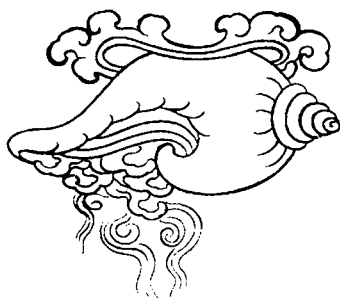
གཉིས་པ།

སྤྱང་འདིའི་སྤྱི་གཞི་དང་འབྲེལ་ནས་མཐུག་བསྟུ་བ།
 སྤྱིར་སྤྱང་གི་སྤྱི་གཞི་ནི་སྤྱང་དེའི་བརྩེ་དུང་འཛིན་བྱེད་
 ཀྱི་ལྷ་ལག་ཏུ་བྱུང་ལ། སྤྱི་གཞི་པོ་དེ་སྤྱི་གཅི་འདྲའི་བཟང་
 ན་དེ་ལྟར་དུ་སྤྱང་ལ་གསོན་ཉམས་དང་རིན་ཐང་ཆེ་བས། སྤྱི་ག་
 གཞི་ནི་སྤྱང་ལ་མེད་དུ་མི་རུང་བའི་ཆ་གསལ་སྤྱང་དགོས་པའང་
 དེ་ལ་ཐུག་ཡོད་པས་རེད། དེར་བརྟེན་ཁོ་པོས་བརྩམས་སྤྱང་འདིའི་
 སྤྱི་གཞི་གཞི་གལ་ཆེན་རང་བཞིན་དུ་ཅིས་ཡོད་པ་བརྩམས་སྤྱང་འདིའི་
 བྱུང་རིམ་སྤྱི་གཏམ་ལས་གསལ་ཡོད་ཀྱི་སྤྱང་མགོ་བཙུགས་
 མ་ཐག་“ཚུམ་པ་པོ་གཤེགས་སོང་། མི་ཆང་མས་ཚུམ་པ་པོའི་
 གཤེགས་རྒྱུན་ལ་སེམས་བྲལ་བྱེད་ཀྱིན་འདུག་ སྤྱིར་མ་རྩེ་དེ་འཛོ་
 ཚུལ་འཛུལ་”ཞེས་ཆ་བསམ་ཆེན་གྱི་དོན་དག་ཅིག་སྤྱི་དུ་སྤྱིར་ནས་

པ་པོའི་བརྩམས་ཆོས་ཡོད་ཚད་ལྷག་ས་སྐུལ་ནས་འཛིན་པའི་ཞིག་གི་ནང་
 ལྷག་ས་ཡོད་པའི་ཁྱོད་ན་སྐྱེད་ཚུལ་འདི་འདྲིལ་འདུག་'ཟེར་ནས་
 གླུ་ཆ་གཅིག་ཀྱང་མ་འགོར་བར་དངོས་སྐྱེད་འདིའི་ངོ་པོ་འལུར་
 ཡོད་པ་འདི་ཕྱི་ཚུལ་པ་པོས་བསམ་ཆོ་ཞིབ་ཆགས་མ་བཟང་པའི་སྐྱོན་
 འདུག་ལ། སྐྱེད་གི་གོམ་པ་དང་པོ་ཡིན་པ་འདྲ་འདི་ན་བརྟན་འདུག
 གལ་ཤིང་'ཚུལ་པ་པོ་'ཁོ་རང་ཉིད་ལ་སྐྱེད་འདི་འཆད་དུ་བརྩག་ཡོད་
 རུ་ན་སྐྱོན་ཆ་འདི་འགག་འགོ་བར་སྐུལ་པས་མེ་སྐུལ་འདི་ནི་རྩེ་ས་
 སྤྱིགས་གཟབ་ནན་དང་ཡིད་ཆེས་ཀྱིས་ཁེངས་ཡོད་པས་ཡིན་ནོ།།
 དཔུང་ཡིག

བརྒྱ་ཆོ་བརྟན་གྱི་བརྩམས་སྐྱེད་དྲ་སྟུང་རག་པ་དུ་ར་ཁྱོད་རྩེ་ས་སུ་པུན་
 པོ་སྐྱེད་ཆར་༢༠༠༩ལོའི་དེ་བ་དང་པོ།

གཤམ་བྱ་བརྒྱ་ཕྱག་གཤམ་ཅན་ལས།
མཐུན་བྱིན་གཅིག་གིས་གོ་ཆོད་ཆེ།



《ཐུན་ཆ》ཞེས་པའི་བརྒྱུ་མཐུང་ལ་ཕྱད་ཟད་དཔུང་ཁྲུལ་བྱས་པ།

དབུངས་སྤྱིད་ལྟ་མོ། རིག་གནས་ལོ་རིམ་གསུམ་པ།

དང་པོ། རྒྱུང་གཞི།

སྤྱིར་རྩོམ་པ་པོ་ཚད་ལྡན་ཞིག་ལ་མཚོན་ན། ཁོང་ལ་
 སྤྱི་ཚོགས་འཚོ་བ་དངོས་དང་མཐོང་ཐོས་ཚུང་གསུམ་གྱི་ཁྱོད་ནས་
 བསྐྱེད་པའི་རྒྱ་ཆ་མི་འདྲ་བ་སྤྱི་ཚོགས་ཤིག་བརྒྱུས་ཡོད་པ་ནི་བརྟེན་
 ཅི་དགོས། རྒྱ་ཆ་དེ་དག་ས་པོན་ལྟར་བཟུང་ནས་འབྲས་བུ་ལྟེགས་
 པོ་ཞིག་སྤྱིན་པའི་ཐབས་ལམ་ལ་རྩོམ་པ་པོའི་ངོས་ནས་སྤྱི་ཙམ་ལ་
 བརྟེན་ནས་འབྲས་བུ་བཟང་པོ་ཞིག་ཐོབ་པ་བྱ་བ་དེ་ནི་མཐར་ཐུག་
 གི་དམིགས་ཡུལ་ཉིག་གཅིག་ཡིན། དེ་དང་ཆ་མཚུངས་པར།
 བརྒྱུ་མཐུང་དང་རྒྱ་ཆ་རྩོམ་སྐོས་ལ་རིག་ཁག་ལ་ཞིབ་དཔྱད་
 བྱེད་མཁན་ཞིག་ཡིན་ན། ཁོང་ལ་འདྲ་ཚད་དགོས་པའི་ཆ་རྒྱུ་དུ་
 མ་ཞིག་ཡོད་པ་མ་ཟད་རང་ཉིད་ཀྱིས་དཔྱད་པའི་སྐབས་སྡོ་གཟུར་
 པོར་གནས་དགོས་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེར་མཐོང་། ཡིན་ནའང་
 བདག་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་ཆ་བཞག་ན་ཤེས་ཚད་དང་ཉམས་སྦྱང་དམན་
 པས་གྲགས་ཅན་རྩོམ་པ་པོ་ནམས་ཀྱིས་བྱས་པའི་བརྒྱུ་མཐུང་ཐོག་
 ལ་དཔུང་པའི་སྤྱོད་པས་པ་དང་གདེང་ཚིད་མེད་ཀྱང་ “ ཐག་རིང་
 ས་ལ་འགྲོ་དགོས་ན། ཉེ་པའི་ས་ནས་འགོ་འཇུག་ས་དགོས་ ” ཟེར་
 པའི་དཔེ་ལྟར་རང་ཉིད་ཀྱི་དམིགས་པ་དང་ལེགས་པའི་ཕྱོགས་ལ་
 ཁ་ལོ་བསྐྱར་པའི་ཁྱེད་ལ་དུ་ཆང་དགོས་པའི་ཆ་རྒྱུ་བསྐྱེད་དགོས་
 པ་ལྟ་བུ་ལ་དམིགས་ནས་དཔུང་ཁྲུལ་བྱས་པ་ཡིན། དེ་ཡང་། “ཐིགས་
 པ་བསགས་པའི་རྒྱ་ཆ་ཚོད་དཔྱད་མ་བསགས་པའི་པ་པོར་ཞེས་པའི་དཔེ་
 ལ་དམིགས་ནས་སྐབས་འདིར་རྩོམ་པ་པོ་གྲགས་ཅན་མི་པོས་ངག་སྐྱེས་བྱས་

པའི་བརྒྱུ་མཐུང་། རྒྱ་ཆ་ཞེས་པར་ཕྱད་དཔུང་ཁྲུལ་བྱས་པ་ཡིན་
ན།།

གཉིས་པ། རྒྱ་ཆ་ཞེས་པའི་བརྟེན་པའི་ཐོག་ལ་
རྒྱུང་ཟད་དཔུང་པ།

སྤྱིར་རྒྱ་ཆ་ཆ་ནི་མངོས་པར་བྱེད་པའི་དངོས་པོ་ཞིག་ལ་
 གོ་དགོས། མི་རིགས་དང་སྤྱི་ཚོགས་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཡང་རང་
 རིགས་ལ་ཐུན་ཆོང་མ་ཡིན་པའི་རྒྱ་ཆ་ཆ་རྒྱུ་འདོགས་སྒྲིལ་ཡོད་པ་
 ཉི་བཤད་ཅི་དགོས། ལྟག་པར་དུ་ན་གཞིན་པོ་མི་མང་ཆེ་བ་རྒྱ་
 ཆ་འདོགས་རྒྱ་ལ་དགའ་པོ་ཡོད་པ་མ་ཟད་དུས་རྒྱུ་དུ་རང་ཉིད་ཀྱི་
 ཆོ་སྤྱོད་ལས་གཅེས་པར་འཛིན་མཁན་ཡང་གངས་ཀྱིས་མི་ལོན།
 བརྒྱུ་མཐུང་འདིའི་བརྟེན་པ་རྒྱ་ཆ་འདོགས་དགོས་ཀྱང་རྩོམ་པ་
 པོ་ལ་དམིགས་ཡུལ་ངེས་ཅན་ཞིག་དང་རྒྱུ་ཆོང་ས་ངེས་ཅན་ཞིག་
 ཡོད་པ་གཏོན་ནི་ཟ། རྒྱ་ཆ་འདི་དང་འབྲེལ་པའི་སྤྱོད་ནས་བརྒྱུ་མཐུང་
 སྤྱང་ནང་གི་མི་སྡེ་གཉིས་ཀྱི་པར་བརྟེན་མི་ཤེས་པའི་འགལ་བ་ཆེན་
 པོ་ཞིག་བསྐྱེད་ཡོད་པ་མ་ཟད། མི་སྡེ་གཅིག་པོའི་རྒྱུང་མ་དང་འབྲེལ་
 བ་ཐབས་མི་ཞིག་ཀྱང་གསར་བསྐྱེད་བྱས་ཡོད། ལྟག་པར་མི་སྡེ་གཅི་
 པོ་སྤྱི་ཞབས་ལང་རྒྱ་ཆ་བུ་ཞིག་ལ་ཆ་བཞག་ན་སྤྱང་རྩོམ་འགོ་ནས་
 མཇུག་པར་མོངས་པའི་ར་པའི་ནང་དུ་ཆུད་ཡོད་པ་ནི་ “སྤྱི་ཞབས་
 ཁྱེད་རང་ཡག་པོ་གཟིགས་དང་། ངས་ད་བར་དེ་རྩོན་མ་ཁོ་ནར་
 ངོས་འཛིན་གྱིན་ཡོད་” ཅེས་པ་འདི་ནས་གསལ་པོ་མཚོན་ཐུབ། སྤྱང་
 རྩོམ་འདིའི་བརྟེན་པ་རྒྱ་ཆ་ལ་གཞི་ཆང་བཟུང་ནས་སྤྱིད་སྤྱིས་

དུང་དཔལ་ཞིབ་ཕྱེད་པའི་སྒོ་དང་འདྲིང་པ་ལྷགས་ཆེ་རུ་བཏང་
ཡོད།

“འཇིག་རྟེན་འདིའི་སྤྱིང་དངོས་གནས་རྒྱ་ཆ་རྒྱུ་མ་དང་
ངོ་མ་ཡང་དཔེ་བའཕྱེད་མི་གཤམ་པའི་ཆོང་དཔོན་ལྷགས་རྒྱུ་འདི་
འདྲ་འདུག” ཅེས་པ་འདིས་རང་ཉིད་ཀྱིས་རྒྱ་ཆོང་མི་གཤམ་པ་དང་
ཆོངས་པའི་ཐུན་ཅག་ནང་དུ་རྒྱུ་ཡོད་པ་མཛོགས་ནས་གཞན་དཔེ་
འཕྱེད་ལ་མཁས་པའི་ཆོང་དཔོན་རྣམས་ལ་མཐོང་རྒྱུ་དང་རན་
བཞོད་པ་འདིས་སྐབས་དེ་དུས་སྤྱི་ཆོགས་ནང་རམ་ཁོར་ཡུག་རྒྱུ་
རྒྱུ་ཞིག་གི་ནང་དུ་འཇོགས་ནས་སྤོད་པ་དེ་ཁོར་པའི་སྤུལ་པ་དང་
གཅིག་པ་གཅིག་རྒྱུ་རེད། “འཁྱོར་བ་ལྷན་པའི་མི་དེ་ཆོའི་སྤྱིད་
སྤང་ལ་ཡིད་སྒྲིན་སྤྱིས་ཏེ་” ཞེས་པ་ནས་གཡུ་ཏེ་ར་རང་ལ་དུལ་
དེ་འདྲ་ཞིག་བྱུང་ན་ཅི་མ་རུང་སྤུལ་པ་རེད། “ཅེས་པའི་བར་གང་
སྤོན་ཞེ་ན། རང་ལ་བདེ་སྤྱིད་སྤོད་མཁན་དེ་དུལ་ཡིན་པ་ངོས་
འཛིན་ཕྱེད་པ་དང་བདེ་སྤྱིད་ཀྱི་འཆོ་བ་བསྐྱུལ་འདྲིང་ཡོད་ན་དུལ་
ནི་མེད་དུ་མི་རུང་བ་ཞིག་ཡིན་པ་སྤུལ་ནས་རིམ་བཞིན་དུལ་ལ་
འདྲིང་རམ་ཆེན་པོ་སྤྱིས་པ་དང་དུལ་བྱུང་ན་བསམ་དོན་རྒྱུན་གྱིས་
འགྲུབ་པའི་ཡིད་ཆེས་བྱས་པ་འདིས་སྤྱི་ཆོགས་ནང་དཔལ་ལྷན་གཟུ་
ཏེ་བག་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་དང་ལྷན་པོ་རྣམས་དུས་རྒྱུ་དུ་རང་གི་རྒྱ་
ནོར་རྣམས་གཞན་ལ་ངོ་མས་པ་དང་རྒྱས་སྤོས་ཀྱི་འཆོ་བ་རོལ་བ་
འདིས་དཔལ་པོའི་སེམས་ཁམས་ལ་ལྷགས་རྒྱུ་ནང་ན་པ་ཞིག་བསྐྱུན་
པ་དང་དུལ་ལ་འདྲིང་རམ་དང་ཐོབ་འདྲིང་གི་སྤྱི་སྤྱིས་ནས་སེམས་
ཁམས་ལ་ཞི་བདེ་མེད་པ་བཟོ་ཡི་ཡོད་པ་མངོན། “ཁོ་འགྲོ་
ཅིས་ཕྱེད་སྐབས་སྤྱིར་ཡང་ཁ་རྒྱུར་བསྐྱོར་ནས་ར་ལ་དུང་དེ་མིན་
པའི་རྒྱ་ཆ་ཆ་གཞན་དག་ཡོད་” ཅེས་བཞོད་དུས་རྒྱ་ཆོར་དང་དཔལ་
འཁྱོར་གྱི་གཞན་དབང་དུ་སོང་ནས་རང་གི་ཤིས་བཟང་པོ་དེ་ཡང་
རིམ་བཞིན་ཉི་མ་རྒྱབ་པ་ལྷན་ཉམས་པ་མ་ཟད་འདྲིང་རམ་ཅན་གྱི་
སྤྱིར་གྱི་ལྷན་གྱི་རན་པ་རང་ཉིད་ལ་ཡོངས་རྒྱུགས་དབང་པའི་འདྲིང་

པ་དྲག་པོ་སྤྱིས་པ་མཆོན་རྒྱ་ཡོད་ན་དུང་དེའི་སྤྱིར་དུ་དགོས་འདྲིང་
ཀྱི་སེམས་ངན་བཅངས་ཡོད་པ་མ་ཟད་རྒྱ་བྱུང་ན་རང་གི་ཆོ་སྤྱིག་
མོར་ཡང་འགྲོད་པ་མེད་པ་ལྷན་སྤྱིག་པ་པོའི་ངོ་ལ་ཆོར་སྤྱིར་འདི་
འདྲ་ཞིག་སྤོད་ཀྱི་ཡོད། “སྐབས་དེར་སྤྱི་ཞབས་ལང་དུ་ན་གྱིས་
ངོ་ཆ་མེད་པར་རིན་གོང་ལ་ཅོད་པ་རྒྱག་པ་དང་། རེ་མཐོར་གཏོང་
གིན་ཡོད་” ཅེས་བཞོད་དུས་རྒྱ་ཆོར་བྱུང་ན་རང་ཉིད་ཀྱི་ངོ་ཆ་ཡང་
སྤངས་བྱུབ་པ་དང་རྒྱ་ཆོར་གྱིས་མི་གཤམ་པ་བཟང་པོ་ཡང་འགྲུར་བ་
གཏང་བྱུབ་པ་མཆོན། སྤྱིར་ཉམས་རྒྱུ་ལྷན་གྱི་ལས་ཕྱེད་པ་
ཞིག ད་ཆ་རྒྱ་ཆོར་གྱི་གཡོག་ལྷན་གྱི་རན་པ་རང་ཉིད་ཀྱི་རྒྱུ་མ་
ཡང་གཏོང་ནས་བཞེད་ཡོད་པ་མངོན། དེ་ལྟ་བུའི་སྤྱི་བོ་ཞིག་ཡིན་
ན་ལྷན་སེམས་གཉིས་ཀྱི་ལ་བདེ་སྤྱིད་ཅ་བ་ནས་འབྱུང་མི་སྤྱིད། སྤྱིར་
སྤྱི་འགྲོ་ཐམས་ཅད་པདེ་བ་འདྲིང་པ་དང་སྤྱིག་བསྐྱུལ་མི་འདྲིང་པ་
གསྤྱིག་ཡིན་ཡང་རང་བཞིན་གྱིས་དེའི་ཕྱོགས་སུ་མོར་བ་འདིས་
ཆགས་ཞེན་སྤངས་མ་བྱུབ་པའི་རྒྱུན་ཡིན་པ་གསལ་པོར་བསྟན་ཡོད།

མི་སྤྱི་བཀོད་འབྲི་ཐོག་ནས་སེམས་ཁམས་

མཆོན་པར་ཕྱེད།

བཅུ་མས་སྤྱིར་འདིའི་ནང་མི་སྤྱི་གཙོ་བོ་སྤྱི་ཞབས་ལང་དུ་ན་
བཞག་ཡོད་པ་དང་ཁོང་གི་རྒྱུང་མ་མི་སྤྱི་གཙོ་བོ་ནང་གི་པལ་པ་ལྷ་
བུ་ཞིག་ལ་བཞག་ཡོད། མཛེས་ཤིང་ལྷན་སྤྱིག་པའི་གཞིན་རྒྱ་མའི་
གཡོ་འགྲུལ་དང་ལ་རབས་གཤམ་པ་བཟང་གི་རྒྱུ་ལས་བྱུང་བའི་
མཛེས་ལྷན་མ་ནི་སྐབས་འདིའི་རྒྱུང་མ་ཆ་བམ་ཆོན་ཕྱེད་ཡོད། མོ་
ནི་དུས་རྒྱུན་འཇུ་མ་མཛེས་རྒྱས་པས་ཀུན་ལ་བདེ་བ་སྤོད་བྱུབ་པ་
མ་ཟད་“མོ་གནའ་མར་བསུ་མཁན་མི་དེ་བསྐྱོད་ནས་ཡོད་པའི་མི་
ཞིག་རེད། མོ་ལས་ལྷག་པ་ཏ་ལམ་མཐོང་རྒྱ་དཀོན་” ཞེས་བཞོད་
དུས་མོ་ནི་བྱུང་མེད་ཀུན་གྱི་ནང་ནས་མཆོག་ཡིན་པ་དང་བྱུང་མེད་
ལ་ཆང་དགོས་པའི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་ཡོད་པ་གསལ་པོར་བསྟན་
ཡོད། ཡིན་ན་ཡང་མོའི་ཆོ་སྤྱིགས་གཙོ་བོ་གྱུར་པའི་མི་སྤྱི་པལ་

《དབའ་བོའི་མེ་ཏོག》ཅེས་བཞེད་ལྷན་ཚུམ་བཟླས་ཤིང་གྲི་ཚུང་ཚོར།

བསྟན་འཛིན་ཚུམ་དབྱིངས། རིག་གནས་ལོ་རིམ་གསུམ་པ།

བོད་དུ་ཚུམ་རིག་དང་བཞེད་པ་བྱུང་དུ་སྒྲིབ་པར་གྱི་འཕེལ་རིམ་ནང་
 ཚུམ་པ་པོས་རང་གི་བསམ་སྒྲིབ་འབྱེད་པའི་མེ་ཏོག་འདྲ་པོའི་ཐོག་ནས་
 ལྷན་པས་དེའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ནམ་པ་མཚོན་པར་བྱེད་པའི་ཚུམ་ཡིག་
 རི་སྟེང་ཅིག་ཡིག་ལམ་དུ་བཀོད་ནས་བྱ་ཆེ་བའི་མེ་དམངས་དང་
 རྒྱུག་པ་པོ་ནམས་ཀྱི་བསམ་པའི་སྒྲིབ་ཆ་སྒྲིབ་བྱེད་པའོ་ཚོ་བགས་ར་
 ངར་རོལ་བའི་ལུགས་འདུན་ཅན་གྱི་ཚུམ་ཡིག་གྲངས་ལས་འདས་
 པ་སྟེ་ལ་བཞིན་འདུག དེས་ན་འདིར་བདག་གིས་སྒྲིབ་བྱེད་པའི་ཚུམ་
 ཡིག་ནི་ཆོད་བཤང་དང་སྒྲིབ་ཆུ་ལ་གཉིས་ཀྱིས་མཉམ་བཤིས་ཏེ་དཔལ་བོའི་
 མེ་ཏོག་ཤེས་པའི་རྒྱུག་ཚུམ་དེ་ཡིན།

དང་པོ། ཚུམ་བྱང་དང་དེ་ལས་འཛུམ་པའི་གཏམ།

སྤྱིར་ཚུམ་རིག་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་རུང་ཚུམ་པ་པོས་རང་སྤང་གང་
 དན་དུ་ཚུམ་བྱང་བཀོད་པ་ཞིག་མ་ཡིན་ལ་དོན་སྟོང་མེད་པ་ཡང་
 མ་ཡིན་པར། དེར་བྱ་ཆེའི་རྒྱུག་པ་པོ་དང་ཉན་པ་པོ་ལ་རང་སོ་སོའི་
 ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བསམ་པའི་དྲན་ཆུ་ལ་དང་ལུས་པ་མི་འདྲ་པའི་
 ཐོག་ནས་ཚུམ་ཡིག་གི་དོན་སྤྱིའི་ནམ་པ་སྟེར་སྟེ། དེས་ན་ཏེ་དཔལ་
 བོའི་མེ་ཏོག་ཤེས་པའི་རྒྱུག་ཚུམ་དེའི་མིང་ན་ལམ་དུ་ཐོས་མ་ཐག་
 རྒྱུག་པ་པོ་འགའ་པའི་ཡིད་ལ་ཏ་ཅང་ནམ་པར་བཀྲ་ཞིང་ཆ་གྲང་ལ་
 བཟོད་བསྟན་བྱུང་པའི་དཔལ་ངར་ཆུན་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་སྤང་བ་གས་
 ཏེ་ས་འཛིན་མ་ལུས་སུ་ཏིག་ནོར་བུས་བརྒན་པ་མི་བཞིན། མེ་ཏོག་
 ལྷ་མང་གིས་ཡོངས་སུ་གཏོགས་ནས་སྟེ་དགྲ་ནམས་དབྱར་གྱི་སྤྱི་
 སྤྱིད་རོལ་བའི་ལོ་ཉེའི་ཆུ་ལ་དུ་མངགས་པ་སྟེ་དུས་བཞི་ལ་བྱེད་མེད་

པར་དུས་དང་ནམ་པ་ཀུན་དུ་གངས་ལྗོངས་མེ་ཏོག་ཅིག་གྲང་ངར་ལ་
 འཛིགས་པ་མེད་པར་འཛིག་དེན་སྟེ་འགྲོའི་མིག་ལམ་དུ་བག་
 འཁུམས་ཀྱི་སྟེ་པོ་གསར་བུའི་ལམ་སྟོན་པ་ལྟ་བུའི་སྤྱལ་མ་གཏོང་
 ཐུབ།

དེ་ལྟར་ཡིན་ནའང་རྒྱུག་པ་པོ་ཁ་གས་ལ་ཏེ་དཔལ་བོའི་མེ་
 ཏོག་ཤེས་པའི་ཐ་སྟོན་དེ་སྤྱི་འཛིན་བྱ་གར་ཐོས་མ་ཐག་སྟེང་ལ་ཞུས་
 པ་མེད་པའི་སྟོང་སྟོང་སྟེར་སྟེར་པ་ནི། དེས་ནོར་འཛིན་ཐམས་
 ཅད་ནམ་པར་བརྒན་ཏེ་དགྲ་ནམ་གྱི་གྲང་ངར་བཟོད་བསྟན་བྱུང་པའི་
 བྱོད་དུ་དགྲ་ནམ་གྱི་མཐོན་པོ་བསུས་ནས་སེམས་ཅན་རི་སྟེང་ཅིག་གི་
 ཡིད་ལ་དཔལ་ངར་གྱི་སྟོང་ཅ་དག་དུ་སྤྱིར་ཞིང་བསྟན་པས་བཞོད་ཀྱི་
 ལུལ་དུ་གྱུར་པའི་རྒྱ་ཡིན་པར་སྤྱི་མ་པར་ཚུམ་པ་པོས་གཞི་གཅིག་
 ལ་འཛིན་སྤངས་ཐ་དད་པའི་སྤྱི་ནས་ལུལ་གྱི་སྤང་ཆུ་ལ་ལམ་ལུས་
 པ་མི་འདྲ་བ་མཚོན་པར་བྱས་ཡོད། དེ་ནི་མེ་ཏོག་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་
 འདབ་བརྒྱ་ནམ་པར་བཞད་པའི་བྱོད་ན་སྤྱལ་བཟང་མེ་ཏོག་དང་སྤྱི་ལ་
 མའི་མེ་ཏོག་ རིགས་གསུམ་མེ་ཏོག་བཅས་མེ་ཏོག་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱིས་
 རང་རང་གི་ལང་ཆོའི་དཔལ་ལོན་ངོ་མ་བཞིན་ཡོད་ཅིང་། དེ་དག་
 ལ་སྤྱི་ཞིང་བརྟན་པའི་གཞུང་ཏེ་དང་སྤྱི་ཞིང་སྤང་པའི་འདབ་མ་
 མཛེས་ཤིང་རྒྱུག་པའི་ཁ་དོག དེ་དག་གསུམ་ཁུབ་པའི་དྲི་ཞིས་
 དང་ཆུན་པས་ན་མེ་ཏོག་འདི་དག་ནི་ཆར་རྒྱང་དག་པོ་སོགས་འབྱུང་
 བཞིའི་གནད་པར་འཐབ་ཅོད་བྱེད་པའི་དཔལ་བོའི་ངང་ཆུ་ལ་དང་
 ཆུན་ནོ་སྤྱི་མ་ནས། དེ་ལྟར་ཚུམ་པ་པོས་བྱི་མ་ཆང་ཞིག་གི་ར་བ་

ནས་མེ་ཏོག་ཅིག་པོ་ཏོག་ཏེ་སྒྲིལ་པའི་ཆོ་དབྱེད་དུ་གྱུར་པའི་
དེ་ཞིས་སྒྲིལ་དུ་འབྱུང་བས། གལ་ཏེ་མེ་ཏོག་འདི་དེ་དེ་ཞིས་ནི་
མཐོང་རྒྱ་ཡོད་པའི་ཁ་དོག་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་ཆོ། དེའི་ནང་དུ་མཛེས་
རྒྱུ་གི་ཁ་དོག་སྒྲིལ་གྱིས་ཤིག་འདུས་ཡོད་པའི་སྒྲིལ་པའི་ཆོར་སྒྲིལ་
སྒྲིལ་ཡོད་པས། རྩོམ་པ་པོའི་ཆོར་བའི་ལས་པོ་དེ་མི་རིགས་ཀྱི་ལ་
རྒྱ་ཡོད་ལ་བཅངས་ནས་དཔལ་དང་སྤྲོད་སྒྲིལ་གྱིས་དབྱེད་ཀྱིས་
སྤྱོད་པའི་ཆོར་ཡོད་པའི་རྩོམ་པ་དག་རིམ་བཞིན་ཆོར་བར་བྱེད་པ་
དང་། དེ་ཡང་རྩོམ་པ་པོ་མེ་ཏོག་གིས་སྒྲིལ་གྱིས་དཔལ་པོར་བསྐྱར་
འདུག་པ་མཐོང་ནས། ཁོང་གིས་གྲོགས་པོ་ལྟ་སྒྲིལ་བཞིན་ལ་མེ་ཏོག་
འདིའི་མིང་ལ་ཅི་ཟེར་ཞེས་དྲིས་པ་ན། ཁོས་མིག་རིག་རིག་གིས་
མེ་ཏོག་ལ་རྩོམ་བཞིན་དུགས་རིང་ཞིག་ལྟར་སྒྲིལ་བའདུག་པའི་
ལ་ཉིད་པའོ་པོའི་མེ་ཏོག་ཟེར་བཞིན་སྒྲིལ་པ་དེའི་ཕྱི་རྩོམ་འབྱུར་
གྱིས་རྩོམ་པ་པོའི་སྤྲོད་ཀྱི་སྒྲིལ་བའདུག་པའི་ཞིག་ཀྱང་སྒྲིལ། ཉིད་པའོ་
པོའི་མེ་ཏོག་ཟེར་བའི་སྤྲོད་ཆ་དེས་རྩོམ་པ་པོ་ལ་ལ་མཚན་དང་
སྤྲོད་པས་པ་སྒྲིལ་བའདུག་ དེ་བཞིན་དུ་སྤྲོད་པའི་ལ་ཡང་ཆོར་སྒྲིལ་
ལ་མཚན་དང་ལ་རྒྱུ་སྤྲོད་པས་སྤྲོད་ནས་ཐོན་པའི་དགའ་བཞིན་
དངས་མ་ཞིག་སྒྲིལ་བའདུག་པའི་ལ་སྤྲོད་པའི་དགོས་ཚུལ་པ་པོ་ལ་
མེས་སྤྲོད་པའདུག་པའི་ལ་ཟེར་། ཞེ་མ། བོད་མི་རིགས་དཔལ་པོས་ཀྱིས་
དེ་ལ་མཛད་དུ་བྱུང་བའི་མིང་ཞིག་པཏགས་འདུག་ མེ་ཏོག་འདི་ནི་
ངོ་མ་དཔལ་པོའི་བྱེད་ཆོས་ལྟར་ཞིག་རེད། རྩོམ་དང་མེ་ཏོག་
འདིའི་སྤྲོད་པའི་མཛད་ཀྱིས་སྤྲོད་པའི་སྤྲོད་པའི་ལ་ད་རུང་
གང་དང་ཆེ་ཞིང་རྒྱུ་གས་པ་ལྟར་བའདུག་པའི་ལ་དུ་རྩོམ་དགོན་ཞིང་།
སྤྲོད་དང་མེས་པ་ལྟར་བའདུག་པའི་ལ་ཟེར་། འོན་ཀྱང་དེ་ནི་རྩོམ་པ་པོ་ལྟར་ཞིང་
ལོ་མས་སྤྲོད་པ་ལ་ལ་སྤྲོད་པའི་སྤྲོད་པའི་ལ་དུ་དཔལ་
པོའི་འདུག་པའི་སྤྲོད་པའི་ལ་ཟེར་། དེ་བཟུང་འབྱུང་བཞིན་གནས་པ་ནི་
གཞུང་གི་དཔལ་པོ་དུ་གྱུར་ཞིང་དཔལ་པོ་ལ་བཅུ་པོའི་དང་ཆུ་ལ་
དང་མཚུངས་པ་ཡིན་ནས་ཞེས་རྩོམ་པ་པོས། ཞེ་མ། མེ་ཏོག་ཟེར་

ནས་སྤྲོད་པའི་གཞུང་གི་དཔལ་པོ་ལྟར་སྤྲོད་པའི་ལ་ཟེར་
ནས་ཞེས། རྒྱུ་གཅེས་དཔལ་པོ་ཞིག་མཚན་པར་བྱས་འདུག་པ་
ནི། མེ་ཏོག་གི་རྩོམ་པ་པོ་ལྟར་སྤྲོད་པའི་སྤྲོད་པའི་ལ་ཟེར་།
གཞུང་ཉིད་དང་མོས་མི་རིགས་ཀྱི་རང་བཞིན་མཚན་། སྤྲོད་པའི་
ལོས་མ་འོངས་བའི་སྤྲོད་པའི་ལ་ཟེར་། འདུག་པའི་དཔལ་པོས་ཤིག་གི་ལོ་
རྒྱུས་མཚན་། དེ་བསྤྲོད་ཞིས་པོས་གཞན་པར་རྒྱུ་གས་མཚན་།
གཞུང་ལྟར་སྤྲོད་སྤྲོད་པའི་ལ་ཟེར་སྤྲོད་པའི་ལ་ཟེར་། སྤྲོད་པའི་
པོ་ལྟར་པའི་མེ་ཏོག་ཟེར་བའི་རྩོམ་པ་པོས་རྩོམ་པའི་ལ་ཉིད་པའོ་པོའི་
མེ་ཏོག་ཟེར་བའི་ལ་ཟེར་མཚན་ཟེར་བའི་ལ་ཟེར་བའི་ལ་ཟེར་བའི་ལ་
ཟེར་མཚན་།

གཞིས་པ། འབྲེ་ཐབས་དང་སྤྲོད་པའི་ལ་ཟེར་།
སྤྲོད་པའི་ལ་ཟེར་པའི་སྤྲོད་པའི་སྤྲོད་པའི་ལ་ཟེར་།
ཆོགས་བཅད་དང་ཆོག་རྒྱུ་གས་བཅད་རྒྱུ་གས་ལ་ཟེར་པའི་ལ་
འདིར་སྤྲོད་པའི་རྩོམ་པའི་ལ་ཟེར་པའི་ལ་ཟེར་པའི་ལ་ཟེར་།
ཀྱི་འབྲེ་ཐབས་སྤྲོད་པའི་ལ་ཟེར་། དེ་ཡང་རྒྱུ་གས་ལ་ཟེར་བའི་
གསུམ་ཡོད་དེ། དོན་བཟོད་རྒྱུ་གས་ལ་ཟེར་། བཟོད་རྒྱུ་གས་པའི་
རྒྱུ་གས་སྤྲོད་པའི་ལ་ཟེར་། སྤྲོད་པའི་ལ་ཟེར་པའི་ལ་ཟེར་།
ཉིད་པའོ་པོའི་མེ་ཏོག་ཟེར་བའི་རྒྱུ་གས་ལ་ཟེར་བའི་ལ་ཟེར་།
ལས་དོན་བཟོད་རྒྱུ་གས་ལ་ཟེར་། དོན་བཟོད་རྒྱུ་གས་ལ་ཟེར་།
གཙོ་བོ་དོན་ཀྱི་བྱུང་བ་བཟོད་པ་དང་མི་སྤྲོད་པའི་ལ་ཟེར་། སྤྲོད་པའི་
གཞི་ལ་ཆད་པའི་ལ་ཟེར་པའི་རྒྱུ་གས་ལ་ཟེར་བའི་ལ་ཟེར་། རྒྱུ་གས་
ཆོགས་དང་འཆོ་པའི་ནང་གི་དོན་བྱུང་བའི་ལ་ཟེར་། རྩོམ་དང་བྱུང་དོས་
དག་ལ་སྤྲོད་པའི་སྤྲོད་པའི་སྤྲོད་པའི་ལ་ཟེར་། བསམ་བྱ་
སྤྲོད་པའི་ལ་ཟེར་པའི་ལ་ཟེར་པའི་ལ་ཟེར་པའི་ལ་ཟེར་།
པར་བྱེད་པའི་ལ་ཟེར་། དེ་ཡང་མི་དོན་དོན་དོན་དོན་དོན་པ་
མ་ཟེད་གཏམ་རྒྱུ་དུང་པའི་སྤྲོད་པའི་སྤྲོད་པའི་ལ་ཟེར་།
སྤྲོད་པའི་ལ་ཟེར་པའི་ལ་ཟེར་པའི་ལ་ཟེར་།



དེས་ན་དཔལ་པོའི་མེ་དྲོག་ཅེས་པའི་དེའི་དོན་གྱི་བྱང་ཟིམ་ནི་
 དངོས་བྱུང་དང་མི་སྣ་དངོས་ཡིན་དེ་ནི་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༠༤ ལོ་ན་
 དུ་དབྱེན་ཇིའི་བཅན་ཀླུ་པ་རིང་ལུགས་པས་ཀླུ་གར་བཅན་བཟུང་བྱས་
 པ་དང་མཉམ་དུ་མེས་ཀླུ་ལ་གྱི་གར་རྩོམ་ས་མཆོམས་སུ་འདུང་བཅན་
 འདྲུལ་འདྲུམ་མིན་བྱས་ཤིང་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༠༥ ལོའི་ཟླ་གསུམ་པའི་ནང་
 དམག་མི་ཆེག་སྟོང་པའི་བརྒྱ་ཅུ་འདྲུགས་བྱས་ཏེ་པོད་རྫོང་ས་གཙང་
 རྒུལ་ཀླུ་ལ་ཅེའི་ཉི་འདུམས་སུ་བཅན་འདྲུལ་གང་མང་བྱས་པ་དང་།
 ལེ་དེའི་ཟླ་པའི་པའི་ཆོས་བརྒྱ་གསུམ་ཉིན་དབྱེན་རྒྱ་ལ་གྱི་དག་ལུགས་
 ལ་བརྟེན་ཏེ་ཀླུ་ལ་ཅེ་བཅན་འདྲུགས་བྱས་ཡོད་པ་དང་། རྣམས་དེར་
 པོད་རིགས་དམག་དམངས་ཀྱིས་རྫོང་རི་ནས་ས་བཅན་བཟུང་བྱས་
 ར་ས། མོ་ཟད་མོ་ལ་ཐུག་ མོ་ཟད་མཐའ་ལ་ཐུག་ཀྱང་། རང་སྤྱང་
 ཆོལ་ལན་མཐའ་འཁྱོལ་བའི་པོས་འགན་ནི་གཏན་ནས་བསྐྱར་མ་མྱོང་
 པའི་བྱུང་ཟིམ་དེ་ཙམ་པ་པོས་མི་སྣ་སྟེ་བྱུང་དངོས་མེ་དྲོག་ལ་སྤྱར་
 ར་ས་ཙམ་པ་པོས་རང་གི་ཆོར་སྤང་དང་དངོས་སུ་མཐོང་བ། བསམ་
 བྱ་སོགས་ཀྱིར་འདོན་དང་མཆོན་པར་བྱས་ཡོད་པ་ནི་གོ་རིམ་དང་
 རྩན་ལ་མི་སྣའི་རང་གཤེས་ཀླུ་ལ་གཅེས་བསམ་སྟོན་དང་དཔལ་དང་
 རྩན་པའི་བྱུང་ཆོས་སོགས་པོས་འཆོམ་བཞོན་ནས་བྱས་ཡོད།
 དེ་ཡང་སྤྱུ་ཅུ་ལ་གྱི་ལམ་ནས་ཙམ་པ་པོས་སྟོག་པ་པོ་དག་ལ་སྟོན་འགྲུག་
 གི་རྣམས་པ་སྤྱིན་ཆེད་དུ་སྤྱིར་བཏང་གི་མེ་དྲོག་ཅིག་བདམས་ཏེ་དེའི་
 ཅ་བ། གཞུང་ན། ལོ་མ་དང་ཕྱི་བཟང་། ཁ་དོག་དེ་ཡང་དུས་
 པའི་འགོད་པ་ལ་མི་འཛིགས་པར་རང་རྒྱ་འཕེར་པའི་སྤང་ཆུ་ལ་
 སོགས་ཐབས་ཤེས་བྱུང་པར་ལ་བརྟེན་ནས་མི་སྣ་བཞོན་བཞེངས་བྱས་
 ཡོད་པ་དེ་སྤྱིར་བཏང་གི་ལམ་ནས་གཟུགས་ཀླུ་དང་དཔེ་ཀློན། དེས་
 བསྟན་སོགས་ཀྱི་ཀློན་གྱིས་སྤྱིར་བཏང་སྟོན་ནས་སྤྱི་ལོ་ཙམ་པ་པོས་ཆོས་
 རང་གི་མི་སྣ་མངོན་གསལ་གྱི་བྱུང་ཆོས་རྩན་པ་ནི་ཀླུ་ལ་གཅེས་དཔལ་
 པོ་མཆོན་པར་བྱས་ཡོད་པ་དེ་ལ་སྤྱུ་ཅུ་ལ་གྱི་མཛེས་སྤང་སྟོན་བྱུང་
 པའི་བྱུང་ཆོས་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་མངོན་འདུག

གསུམ་པ། ཁོར་ལུག་དང་མི་སྣའི་འབྲེལ་བ།

ཙམ་པ་པོས་འགྲུག་འདྲུམ་མིན་ཀྱང་ཁོར་ལུག་དང་མི་སྣ་འབྲེལ་མེད་དོན་
 གཞན་དུ་སོང་བ་མ་ཡིན་པ་ནི། ཐ་ན་སྟོང་བསམ་ཙམ་པ་པོས་ཅིག་
 ཡིན་ནའང་ཁོར་ལུག་གི་འཆོ་བ་ནི་སྟོང་པ་དངོས་མེད་པར་ཙམ་
 པ་པོའི་ཡིད་དོར་མི་གསལ་ནའང་ཕྱི་རོལ་གྱི་ཁོར་ལུག་ལ་སྟོན་
 བཏགས་བྱས་པའི་སྟོག་མཁན་དག་གི་རེ་བ་སྟོང་པ་ཡིན་པས་མི་སྣ་
 དང་ཁོར་ལུག་གཉིས་མན་ཆུ་ལ་འབྲེལ་བ་དམ་པོར་གནས་ཡོད། དེ་
 མིན་ཙམ་པ་པོས་འགྲུག་འདྲུམ་མིན་ནའང་ཕྱི་རོལ་གྱི་ཁོར་ལུག་དང་
 མི་སྣའི་འབྲེལ་བ་ཙམ་པ་པོས་འགྲོད་འབྱེད་ཀྱི་ཡོད་སྟབས་འདིར་
 ཡང་ཙམ་པ་པོ་དཔལ་པོའི་མེ་དྲོག་ཅེས་པ་པོའི་སྤྱི་ཆོགས་ཁོར་
 ལུག་གི་ནང་དུ་རྩོམ་ཕྱིན་པའི་ཁོར་ནས་ཀླུ་ལ་ཅེ་གོང་ཁྲེར་གྱི་
 ལུ་ལ་གྱི་སྤྱི་འཁྱུད་ཆོས་བཞེད་ནས་དབྱེན་འགྲོག་བཅན་རྫོང་གི་
 ཁོར་ལུག་གི་གནས་སྤངས་མཐོང་བའི་བཞིན་བདེན་སྤང་ཡོད་པའི་
 སྟོན་སྟོན་ཆད་ཀྱི་རྩོད་ཀྱི་འཐབ་འཛིང་ཁྲོད་དུ་པོད་མི་རིགས་
 ལ་ཡང་བའི་བཅན་འདྲུལ་བྱས་ཤུལ་ཟིན་ཐོ་བཞོན་པའི་དུས་ཙམ་
 པ་པོའི་ཡིད་ལ་སྟོན་སྟོན་གི་ཐ་སྲུབ་འཕུར་ནས་གཡུལ་སའི་ས་རྩོ་
 དེ་དག་གི་འོག་དུ་སྟོན་བས་ལུགས་ཅན་ཞིག་སྤྱིར་བཏང་དམ་སྟམ་ནས་
 མིག་ཟུང་རིག་རིག་གིས་བསྟན་ཆེ་ཁོར་ལུག་ཐབས་སྤྱུག་གི་ཁྲོད་
 དུ་དངོས་མི་ཟིན་པའི་མེ་དྲོག་ཅིག་གོང་རེར་སྟེས་པ་དེ་མཐོང་འཕུལ་
 དུ། ཁོར་གིས་ངག་ནས་མེ་དྲོག་ལགས། མེ་དྲོག་ཁྲོད་ནི་རྩོན་ཆད་
 མཐོང་པའི་མེ་དྲོག་དེ་མ་ཡིན་ནམ་ཟེར་བཞིན་ཞིབ་མོར་བསྟན་པ་
 ན་འཐབ་ར་སྟོང་པའི་ས་རྩོ་དང་རྩོ་སྤྱུམ་གསེབ། སྤང་གཤོང་གི་
 ཉིན་སྤྱི་པ་མེད་པར་མེ་དྲོག་དེས་བྱུང་འདུག མེ་དྲོག་དེ་དག་ལས་
 ལ་ལ་ཐར་ཐོར་དུ་སྟེས་པ་དང་། ལ་ལ་ཆོས་བྱར་སྟེས་ཤིང་། ཁ་
 གསེན་སྤྱིར་བཏང་བསྟོགས་ནས་སྟེས་འདུག མདོར་ན་མེ་དྲོག་དེ་
 དག་གིས་ནོར་འཛོན་ཐམས་ཅད་དམར་པོར་བསྐྱར་འདུག་པའི་སྤང་
 ཆུ་ལ་དེ་རྩོན་ཙམ་པ་པོས་རང་བྱུང་ཁོར་ལུག་དང་འབྲེལ་བའི་

པ་སྐར་ལས་ཐོག་ཆེན་གྱི་པ་པོ་ལ་ཡང་དེ་འདྲའི་རྒྱལ་
 ཞིག་རང་དབང་མེད་པར་སྒྲེ་རུ་འདྲུག་པའི་རྒྱལ་པ་འབྲུར་དུ་བོན་
 འདྲུག་ཆོས་པ་པོས་རང་ཉིད་ཀྱི་བསམ་མཐོང་ཕྱིར་འདོན་ཆེད་དུ་ཁོར་
 ཡུག་གི་འགྲོས་དང་བསྐྱེད་ནས་ཆུན་ཆོན་དག་གཉིད་ཡུར་དུ་བརྟུག་
 པ་དང་། བྱིས་པ་དེ་ཆོའི་བྲང་ཁར་དཔལ་པོའི་མེ་ཏོག་རེ་བཏགས་
 ཏེ་ལག་དུ་ཤིང་གིས་བཅོས་པའི་མེ་མདའ་རྒྱུ་རྒྱུ་རེ་བཟུང་ནས་
 དཀྱིལ་དུ་ཡོད་པའི་བྱིས་པ་སྒྲུ་རྒྱུ་རེ་བཟུང་པ་དེར་གཤེག་གཤེག་ཏོར་
 གིན་འདྲུག་ བྱིས་པ་དུ་རུ་བརྟུག་ནས་བྱིས་པ་གཞན་གྱིས་ “ང་
 ཆོར་རྒྱལ་ཁ་བོ་མོང་” ཞེས་འཕྲུལ་བརྒྱབ་པ་ན། བྱིས་པ་སྒྲུ་རེ་བཟུང་
 རུ་མཆོམས་བཞག་ནས་ “རྗེས་སུ་བདག་གིས་དབྱིན་ཇིའི་དམག་
 མི་བྱེད། ངའི་བྲང་ཁར་དཔལ་པོའི་མེ་ཏོག་གིས་བརྒྱན་དགོས།”
 ཟེར། འདི་ནི་རང་ཉིད་ཀྱི་རང་རིགས་ཀྱི་དཔལ་པོའི་མཛད་རྗེས་
 འཛོག་ཐུབ་པའི་མེ་མཐོང་ཆོར་ཏེ་བྱིས་པ་སྒྲུ་རེ་བཟུང་དེ་ལས་མཛོད་དུ་
 བརྟུག་ དམག་འཁྲུག་གི་འཐབ་འཛིང་ལ་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་རྒྱན་རིང་པ་
 ནི་བྱིས་པ་རྒྱུ་རྒྱུ་དེ་ཆོ་བསམ་མཐོང་རྒྱུ་ཡང་བག་ཆགས་ཟབ་མོ་ཞིག་
 བཞག་ཡོད་པས་མཆོན།

ལྔ་པ། མཛེས་དཔྱད་ཀྱི་ལུགས་འདུན་རྣམས་

ཆོས་པ་པོས་ཆོས་ཡིག་ཅིག་གསལ་ཆོས་བྱས་པ་དེ་རང་ཉིད་
 ཀྱི་གཏམ་དོན་གཉིད་བཞིན་ཏེ་ཆེད་དུ་མ་ཡིན་པར། དེ་ལས་ཐོག་
 རྒྱུ་ཆོས་པ་པོ་རང་ཉིད་ཆུད་པའི་ཐོག་པ་པོ་ཀྱན་ལ་ཐོན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་
 རྒྱུར་མོ་རྒྱུ་རྗེས་དྲན་ཆེད་དུ་ལ་རྒྱ་གསེན་ཤུགས་རྒྱས་ཐུབ་པའི་
 ལུགས་འདུན་བཅངས་པ་ཞིག་བཅུམས་ཡིན།

ཆོས་པ་པོ་རྩི་རང་རེའི་རིགས་ལ་བཅངས་པའི་ལ་རྒྱ་དང་
 རྒྱུ་རྒྱུ་ལས་ཀྱིས་ལུགས་པ་རང་ཉིད་ཀྱི་ཆུད་པའི་རྒྱས་ཤུགས་དང་
 བསམ་མཐོང་ཉིད་ཆུད་བཏོན་ཏེ་སྐབས་དེའི་སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་གནས་
 རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་བཟང་ངན་མོགས་སྤྱུག་ཅེ་ནས་ཐོག་པ་པོའི་མིག་མདུན་དུ་
 བཞགས་འདོད་ཀྱི་འདུན་པ་དྲག་པོ་ཡོད་པ་ནི།

དེས་ན་ལུགས་ཆོས་འདིའི་ནང་དུ་ཆོས་པ་པོས་དཔལ་པོ་ལ་
 ཡོད་པའི་བྲང་ཆོས་དེ་དག་མེ་ཏོག་ཅིག་གི་སྒྲང་ནས་ཐབས་མཁས་
 པ་ཞིག་གིས་མཆོན་པར་བྱས་འདྲུག་པའི་སྒྱིང་རྗེ་པའི་མེ་མཐོང་
 འགྲུགས་རྒྱས་པའི་ཆོས་སྒྲུ་རྒྱུ་རྒྱུ་དང་མཐར་ཆོས་པ་པོས་
 མེ་ཏོག་འགའ་རེ་མ་ཡུལ་དུ་ཁྱེར་ནས་འདྲུགས་འདོད་པའི་ཀྱན་རྒྱུང་
 གི་མ་རྒྱུ་དྲག་པོ་ཞིག་ཐུང་ཡོད་པ་དེ་ནི་བོད་ཆོས་ཁ་གསུམ་ལ་
 དེ་ལྟ་བུའི་དཔལ་པོ་འབྱུངས་འདོད་ཀྱི་དགོངས་པ་བཅངས་འདྲུག་
 པ་ནི་མཛེས་དཔྱད་ཀྱི་ལུགས་འདུན་དུ་བཞག་ཆོག་པའོ།

ལག་ཐུལ་གང་ཞིག་སྒྱུར་ས་ན་ཡང་།
 བན་བ་མ་གཏོགས་གཞོན་མི་ཡོང་།
 དང་པོ་སྤྱུག་དུས་རྒྱན་གྱིས་བཟང་དག་དང་།
 ལྷན་རིང་འདྲིས་དུས་གིས་ཡོན་ཆེ་རྒྱུ་རྒྱ།





॥ श्रीगणेशाय नमः ॥

དཔའ་བོའི་མེ་ཉླ་ཅེས་པའི་ལྷ་གཙོ་མ་གྱི་ཐུན་དཔུང།

བྱ་རུག་ཀྱན་དགའ་འཇམ་དཔལ། རིག་གནས་ལོ་རིམ་གསུམ་པ།

སྤྱིར་སྒྱུག་རྩལ་ལ་དབྱེ་བ་བྱེ་སྤངས་རིགས་འདྲ་མིན་
 མཆིས་མིན། འོན་ཀྱང་སྤེལ་སྤངས་ཀྱི་ཆ་ནས། དོན་བཟོད་སྒྱུག་
 རྩལ་དང་། བཙེ་དུང་འདོན་པའི་སྒྱུག་རྩལ། རྩེད་བཟོད་སྒྱུག་
 རྩལ་བཅས་རིགས་གསུམ་དུ་དབྱེ་བྱུ་ཡོད། ཨ་རུ་སུའི་རྩལ་རིག་
 མ་ཁས་ཆེན་ཀོར་ཅི་ཡིས་གསུངས་དོན་ “ངས་བསྟུས་ན་ཆོག་སྒྱུག་
 འབྲེ་བ་སྟན་ངག་ལས་ཀྱང་དཀའ་” ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན། སྒྱུ་
 རྩལ་གྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པའི་སྒྱུག་རྩལ་ཞིག་འབྲེ་བ་ལས་སྒྲ་པོ་ཞིག་
 མིན་པར་དཀའ་པའི་གནས་ཡིན་མིན་ཀྱང་། སྒྱུག་རྩལ་འདི་ནི་
 ཆོག་དོན་གཉིས་ཐད་ནས་བྱུང་འཕགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཐོན་པའི་དོན་
 བཟོད་སྒྱུག་རྩལ་ཞིག་ཡིན་ཞེས་བཤད་ན་ཆོག་གོ་སྟེ། ཨ་ལགས་
 དོར་ཞིས། (སྒྱུག་རྩལ་རིག་པའི་ཤེས་བྱ་གནད་བསྟུས་ལས།)
 “རྩ་བུ་མེད་གེ་འོ་མས་བཀང་བ་དང་། ཀྱམ་མེད་བུ་མི་གཙང་
 རྒྱག་པས་བཀང་བ་འདྲ་ཡོད། མེད་གེ་འོ་མ་གམེར་བུ་མ་གཉིས་
 འཛོམས་རབ། མིན་ན་སྒྲ་མ་དེ་ལེན་བྱེ་མ་སྟོངས་” ཞེས་གསུངས་
 པ་ལྟར། སྒྱུ་རྩལ་རྩལ་རིག་ཅིག་ཡིན་ན་ཆོག་དོན་གཉིས་ཐད་ནས་
 སྤུན་སྤུམ་ཆོག་ས་པ་ཞིག་ཡོང་དགོས་པ་དེས་ན། སྒྱུག་རྩལ་འདི་
 ལ་རྣམ་པ་གཉིས་ཀྱི་ཐད་ནས་བྱེད་ན།

དང་པོ། དཔལ་པོའི་མེ་རྟག་གི་ཕྱི་ལོ་རྒྱ་ཆུ་ཅལ་གྱི་

ནམ་པའི་ཐད་དུ་སྒྲ་བ།

ཅུམ་པ་པོས་“དཔའ་པོའི་མེ་རྟག” ཅུམ་པ་རྒྱུག་ཅུམ་པོའི་
ཡི་མཁོ་མཇུག་པར་གསུམ་བཞུ་བྱུང་པའི་སྤྲང་མག་རྩ་བུ་ཞིག་ལུས་

ཡོད། ལྷ་མཚན་ནི། ལྷ་གཙོ་མ་འདི་ཡི་བྱུང་ཟིམ་ནམས་“དཔལ་
 བོའི་མེ་ཏོག་”ཅེས་པ་འདིའི་བསྟར་ལ་བརྒྱུས་ནས་བྱིས་འདུག་དེ་
 ཡང་མུན་ནག་གི་ཁྲིད་ནས་སྤྱོད་ངས་ཟིམ་གྱིས་འབྲེས་ནས་སྤང་བ་
 རྗེ་གསལ་རྗེ་གསལ་གྱི་མཐར་སྤང་བྱེད་དབང་པོའི་འོད་མདངས་ཀྱི་
 ཡང་ཆོ་བཞད་ནས་བྱི་དངོས་ནམས་འབྲེན་བྱེད་དབང་པོའི་ལམ་དུ་
 ཟིམ་གྱིས་གསལ་མེད་ངེར་གྱུར་པ་བཞིན། ཙོ་མ་པ་པོ་“ལྷ་ས་ནས་
 ལམ་ལ་ཆས་ཏེ་གནད་རབས་པོད་ཐོངས་མི་དམངས་ཀྱིས་དཔལ་
 ངར་ཞུམ་མེད་སྟོས་དཔེན་རྗེ་བཙན་འཇུག་པར་རྩ་བྱ་ཆེན་པོས་
 དམར་འཛིང་བྱས་པའི་རྗེས་ལུ་བ་རྒྱལ་ཙེ་ལ་ལྷ་སྟོར་དུ་སོང་”ཞེས་
 རྒྱལ་ཙེ་ལ་ཐོངས་རྒྱ་སོང་པའི་རྒྱལ་གྱིས་སྟོག་པ་པོ་ནམས་ཀྱི་སྟོང་ར་
 རྒྱལ་ཙེ་གོང་ཁྲེར་གྱི་ཡུལ་ཐོངས་ཀྱི་ནམ་པ་ངོ་སྟོད་སྟབས་བདེ་རེ་
 བྱེད་བཞིན་“གོང་ཁྲེར་གྱི་མཁར་སྟོད་འདུག་ཁང་གི་སྒེའུ་རུང་
 རྒྱང་དུ་མེ་ཏོག་བརྒྱུགས་པའི་རྗེ་བུམ་བཞག་ཡོད་པ་མ་ཟད། ར་
 བདང་ཁང་ཁྲིམ་གྱི་མཐའ་སྟོར་ཀྱན་དུ་མེ་ཏོག་གི་བྱ་བས་སྟེལ་ཡོད་
 པ་ལས་རྒྱལ་ཙེའི་མི་དམངས་མཆོས་མེ་ཏོག་ལ་དགའ་ཞེན་ཆེན་པོ་
 བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་པ་ཤེས་བྱབ་ཅིང་”ཞེས་རྒྱལ་ཙེའི་ཡུལ་གྱི་མར་ས་
 ལྷག་གི་དངོས་པོ་བྱེ་བྲག་པ་མེ་ཏོག་གི་བཀོད་སྟེག་བྱིས་པའི་ཚོལ་
 གྱིས་མེ་ཏོག་ཅིག་སྟེང་བའོ་འཇུགས་པ་དང་། སྤྱིར་བཏང་རྒྱལ་
 ཙེའི་མི་དམངས་མེ་ཏོག་ལ་དགའ་ཞེན་བྱེད་པ་ཙམ་དུ་བཤད། དེ་
 རས་བར་དུ་མེ་ཏོག་སྟེག་གཤིམ་བྱེད་པ་ཙམ་དུ་མ་ཟད་ཐན་རྒྱན་
 སྟོད་ས་གང་ན་དག་གི་སྟེང་དུ་ཡང་མེ་ཏོག་གི་འདྲ་ཟིམ་བཀོད་ཡོད་



པམེ་ཏོག་དེ་ཡང་“ངོ་མི་ཤེས་པ་དག་པོ་དེ”ཞེས་གཞན་དང་
 མ་འདྲ་པའི་ཆ་རྒྱུ་མེད་པའི་མེ་ཏོག་ཅིག་ཡིན་པ་སྒྲུབ་ནས་བཞུགས་
 ཏོན་གྱི་ཕྱག་སྐུ་ལ་གོ་སྐུ་གང་མདུན་སྤྱོད་ཀྱིས་ཐག་རྗེ་ཉེ་དང་རྒྱལ་
 རྒྱུ་མི་དམངས་ཚོ་མེ་ཏོག་ལ་དགའ་ཞེན་བྱེད་པ་སྤར་ལས་ཀྱིང་
 རྒྱལ་སྐུ་ཆེ་རུ་བཏང་ཡོད། དེ་ནས་མེ་ཏོག་དེའི་སྐོར་“སྐུ་དཔྱད་
 བཅོ་བྱའི་གཙོ་བོ་ལྟ་མོར་རྒྱ་མཚན་དྲིས་པ་ན་”མོས་“མྱོང་རིར་ཕྱིན་
 ན་ཤེས་ངེས་ཡིན་ཟེར་”ཞེས་དབྱིན་པོད་ཀྱི་འཐབ་རྩོད་རིམ་ལྔ་ཕྱིན་
 པས་དབྱིན་པོད་འཐབ་འབྲུག་གི་ལོ་རྒྱུ་སྤྱིར་དུ་རང་བཞིན་གྱིས་
 ཐོན་པ་བཅོས་ནས་“སྐུ་བསྐྱེད་ཀྱི་ལུགས་ཀྱི་སྐུ་སྤྱོད་ལང་ས་
 རྩོད་འདི་དག་གི་འོག་དུ་སྤྱོད་པས་རྒྱ་ན་མེད་པ་ཞིག་སྤྱོད་ཡོད་
 རྒྱ་རིད་སྤྱོད་སྤྱོད། མིག་རིག་རིག་གིས་བཞུགས་ཆེ། མཁའ་ཆག་
 ཅིག་གི་གསུམ་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་མི་ཐེན་པའི་མེ་ཏོག་ཅིག་གི་རྩོད་རིམ་སྤྱོད་
 པ་མཐོང་བུར་”ཞེས་དང་། “ཞིབ་ཐོར་བཞུགས་པ་ན། འཐབ་ར་
 རྩོད་པའི་སྤྱོད་དང་། རྒྱ་ལུ་མ་གསེབ། རྒྱ་གཞི་དེ་གི་ཉིན་སྤྱོད་
 མེད་པར་མེ་ཏོག་དེས་བྱུང་” ཡོད་པ་མཐོང་བ་བཤད་པ་དང་
 “གྲོགས་པོ་ལྟ་ས་པ་ཞིག་ལ་མེ་ཏོག་འདིའི་མིང་ལ་ཅི་ཟེར་ཞེས་
 དེས་”པས་“ཁོས་མིག་རིག་རིག་གིས་མེ་ཏོག་ལ་ལྟ་བཞིན་དཔྱགས་
 རིང་ཞིག་ཕྱུང་སྤྱོད་ན་རེ། “འདི་ལ་དཔལ་པོའི་མེ་ཏོག་ཟེར་”ཞེས་
 གྲོགས་པོ་ལྟ་ས་པས་སྤྱོད་ཉམས་ཀྱི་དཔྱགས་རིང་ཕྱུང་བ་དང་མེ་ཏོག་
 དེའི་མིང་ལ་དཔལ་པོའི་མེ་ཏོག་ཅེས་བཏགས་བཅུག་པས་དག་ཟོད་
 རྒྱལ་ཅེ་མི་དམངས་རྣམས་མེ་ཏོག་ལ་དགའ་ཞེན་བྱེད་པ་དང་། ས་
 གདན་གྱི་སྤྱོད་དུ་བོད་པའི་རྒྱ་མཚན། མེ་ཏོག་དེ་ཡང་རང་དགར་
 གྱི་མེ་ཏོག་ཅིག་མ་ཡིན་པ་དབྱིན་པོད་ཀྱི་གཡུ་ལ་སར་ཞུགས་པའི་
 སྤྱོད་གཤེགས་དཔལ་པོ་རྣམས་ཀྱི་ཆེ་སྤྱོད་དང་བྱུང་སྤྱོད་ཀྱི་ལས་སྤྱོད་
 པའི་མེ་ཏོག་ཅིག་ཡིན་པར་བཅས་ཏོགས་པར་བྱས་ཡོད། མདོར་
 ན་“དཔལ་པོའི་མེ་ཏོག་”ནི་རང་བྱུང་ཁམས་ཀྱི་མེ་ཏོག་དཀྱུས་མ་
 ཞིག་མ་ཡིན་པར་སྤྱོད་པས་དང་མི་རིགས་ཀྱི་ལར་ཞེན་ཟབ་པའི་

རྒྱལ་གཅེས་དཔལ་པོ་ཞིག་ཡིན་པ་ནན་བཞུགས་པ་དང་། དབྱིན་
 ཇི་བཅན་འདྲུལ་རིང་ལུགས་པས་སྤྱོད་ ༡༧༠༧ ལོར་མཐོང་བོད་
 མི་རིགས་ལ་ཆེད་དུ་བཅན་ལུགས་ཀྱིས་དཀྱུས་གནོན་བྱས་པའི་དུས་
 སུ་རྒྱལ་གཅེས་དཔལ་པོ་རྣམས་ཀྱིས་རང་མི་རིགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་སྤྱོད་
 འཕེན་ལ་བཅུགས་ནས་རང་ཉིད་སྤྱོད་པས་བཏང་གིས་གདོང་ལེན་ཇི་ལྟར་
 བྱས་ཚུལ་དང་སྤྱོད་པས་དེར་ལམ་ཉེས་བྱུང་པའི་ཚུལ་དང་རྒྱ་ཀྱིན་
 སྤྱོད་པས་མེ་ཡོང་ནད་དུ་གཟུགས་བརྒྱན་འཆར་བ་བཞིན་“དཔལ་པོའི་
 མེ་ཏོག་”ཅེས་པའི་དངོས་པོའི་མེ་ཏོག་གཅིག་ལ་སྤྱོད་ནས་ཆེད་བྱེད་
 གྱི་ཆེག་ཉུང་ལ་སྤྱོད་པས་ལྟན་པ་ཁག་སྤྱོད་པ་དང་གོ་བདེའི་ལམ་
 ནས་གཅིག་བསྤྱོད་པས་རང་བཞིན་གྱིས་སྤྱོད་པ་པོའི་སྤྱོད་རིམ་ལ་ལྟར་
 རིང་འཆར་བར་བྱས་པ་མ་ཟད་རང་གི་སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་ཆོར་དང་དོས་
 འཛིན་བསམ་བྱ་སྤྱོད་པས་མཚོན་པར་བྱས་འདུག ཨ་ལགས་དོར་
 ཞེས། (སྤྱོད་ཆོར་རིག་པའི་ཤེས་བྱ་གནད་བསྤྱོད་པས་ལས།) ནམ་
 མཁའི་དབྱིངས་སུ་སྤྱོད་པའི་རང་གཟུགས་མཐོང་། མཚོ་ཡི་ནད་
 དུ་སྤྱོད་པའི་གཟུགས་བརྒྱན་མཐོང་། ཀྱུ་མུད་འདབ་ལས་སྤྱོད་པའི་འཆར་
 རུབ་ཤེས། བཞུགས་པས་སྤྱོད་པའི་ཐབས་ཚུལ་དེ་ལས་ཤེས། ཞེས་གསུངས་
 པ་ལྟར། བཞུགས་པས་སྤྱོད་པའི་དོན་རྣམས་ཐད་ཀར་མ་སྤྱོད་པ་དངོས་པོ་གཞན་
 དག་དང་བཞུགས་པས་སྤྱོད་པའི་དོན་གཞན་ཞིག་བཞུགས་པས་
 བསྤྱོད་པས་སྤྱོད་པས་བྱེད་པ་འདི་ནི་ཆོས་འདི་ཡི་བཞུགས་པས་
 ཚུལ་གྱི་སྤྱོད་པས་ཆེད་དུ་བྱུང་བཞིག་ཡིན་པར་སེམས།

གཉིས་པ། དཔལ་པོའི་མེ་ཏོག་གི་ནད་དོན་གྱི་

དགོངས་པའི་ཉིང་བཅུད་སྤྱོད་པ།

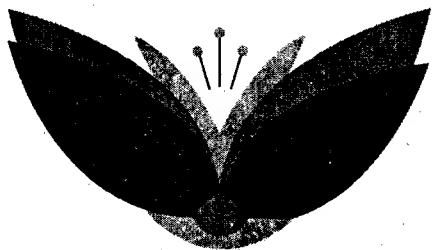
དབྱིན་ཇིས་བོད་ལ་བཅན་འདྲུལ་བྱས་པའི་སྐོར་ཕྱི་ལོ་བཞུགས་
 དོན་ཡིན་ལ། ནད་གི་བཞུགས་དོན་ངོ་མ་སྤྱོད་པས་པོས་ཆོས་འདི་
 བྱས་པའི་བསམ་སྤྱོད་དངོས་ནི། ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་ཆོས་པ་པོ་གྲགས་ཅན་
 རོ་ལ་མན་རོ་ལན་གྱིས། “འདས་ཟིན་པ་དེ་རྒྱུང་རིང་དུ་མ་འདོར།
 དེས་བྱེད་ལ་མི་ཆོ་ཡི་སྤྱོད་པས་སྤྱོད་པས་འདོང་། འབྲུང་འབྲུང་ལ་

སྒྲིབ་གསེལ་ལས་གངས་རྒྱུ་དང་ལས་པའི་འཇུག་པ་བསྒྲིག་དང་བྱུང་
 ལྷན་གྱི་ཆེད་དུ་རིག་གསུང་དང་བསམ་པའི་དཔལ་ཡོན་གསུང་པའི་
 ལམ་དུ་སྒྲིབ་དགོས་པ་བྱེད་འདུག ས་གནད་ནད་གཞི་སྤྱོད་དུ་བཀོད་
 པའི་མི་མོ་དེ་ཆེད་པོ་དུ་སྤྱོད་པ་“ཆུ་བ་དང་སྐར་ཆེན་གོ་ཆོག་པའི་
 རྒྱལ་དུ་མིན་ནམ་སྐར་སྤྱོད་ས་གནད་པ་བྱེད་གཞི་པོ་ལྟ་མོར་བྱ་
 མཚན་དེས་པ་ན། ཁོ་མོས་གདོང་མདོག་ཅུང་ཟད་འགྱུར་ཏེ་དེའི་
 རྒྱུ་མཚན་རྒྱུ་དེ་ལ་ཕྱིན་ན་ཤེས་པའི་ཡིན་ཟེར་ཞེས་མི་འདོད་པའི་
 རྒྱུ་མཚན་རྒྱུ་དེ་སྤྱོད་པ་དང་རྒྱུ་དེ་ལ་བཏང་པའི་རྒྱུ་མཚན་ནི། སྤྱིར་
 བོད་མི་ཞིག་ཡིན་ན་མི་རིགས་ཀྱི་གོད་ཆག་ཟབ་མོ་དང་འབྲེལ་པའི་
 ལོ་རྒྱུས་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་རྩིས་བྱེད་དང་གྲུས་བྱེད་ད། སྤྱི་ལྟ་
 གི་རྩིས་བྱེད་མཚན་པའི་མེ་རྟོག་དེའི་སྤྱོད་པའི་དགོས་པའི་སྤྱོད་
 ཡིན་ཀྱང་དེ་ལྟར་མ་ཤེས་པར་དེས་པས་དང་། རྒྱུ་དེ་ལ་སྤྱོད་
 ག་ཤེས་དཔལ་པོ་རྒྱུས་ཀྱིས་དེ་ལྟར་ཤི་བཅན་འཇུག་པར་ཁྱུ་མེད་
 སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱིས་སྤོལ་ལན་སྤྱོད་པས་སྤོལ་དང་བྱུང་སྤྱོད་གིས་
 བསྒྲིག་པའི་འབྲེལ་རྒྱུ་དང་། དཔལ་པོའི་མེ་རྟོག་གིས་ཁེངས་ཡོད་
 པས་གསལ་བཤད་མ་དགོས་པ་མདོན་སྤྱོད་མིག་གིས་ལོངས་སྤྱོད་
 རྒྱུ་ཡོད་པའི་ཡིན་པས། རྒྱུ་མོས་རྒྱུ་དེ་ལ་བཏང་བ་དང་མི་འདོད་
 པའི་རྒྱུ་མཚན་རྒྱུ་སྤྱོད་པས་ཡོད། ཡང་རྒྱུ་དེ་ལ་“བདག་གིས་
 སྤྱོད་པའི་རྒྱུ་ས་པ་ཞིག་ལ་མེ་རྟོག་འདིའི་མིང་ལ་ཅི་ཟེར་ཞེས་དེས་
 ”པས་རྒྱུ་མ་པའི་ཁོང་རྒྱུ་ས་པ་ཞིག་གམ་དབྱུས་པ་ཞིག་མིན་པར་
 མདོ་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་མི་ཞིག་ཡིན་བསྒྲིག་པ་དང་། “རྒྱུ་དེ་ལས་
 དཔལ་པོའི་མེ་རྟོག་འགའ་བྱུས་ཏེ་ལ་ཡུལ་དུ་བྱེད་ནས་འཇུག་ས་
 འདོད་པའི་ཀུན་སྤོང་གི་བསྐྱེད་པས་དག་པོ་ཞིག་ཀྱང་འཕྱུར་བྱུང་རོ་
 ”ཞེས་ལ་ཡུལ་དུ་གངས་ཀྱི་དཔལ་པོ་དོན་དག་གིས་རྒྱལ་སྤྱོད་པས་པའི་
 ལོ་རྒྱུས་རྒྱུ་དེ་སྤྱོད་ཀྱིས་བོད་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རྒྱལ་གཅེས་ཀྱི་སྤྱོད་པས་སྤྱོད་
 རྒྱུ་དེ་འདུན་པ་དང་དམ་བཅའ་བྱས་པ་འདི་རྒྱུས་ཀྱིས་ཆོལ་གསུམ་
 བོད་མིའི་སེམས་ཁམས་གཅིག་དུ་སྤྱོད་པའི་དར་ཐག་དཀར་པོ་ཞིག་

བསྐྱེད་སྤྱོད་ད། འདིར་དེས་པར་དུ་སྤྱོད་པའི་བོད་རིགས་སྤྱོད་ཆུ་
 རྒྱུས་ཀྱིས་ཤེས་དགོས་པ་ཞིག་ནི། རྒྱུ་མ་པའི་གཉིས་ཀྱིས་རྒྱུ་མ་
 འདི་སྤྱོད་པའི་དར་དམར་གྱི་རྒྱུ་དང་འཕྱུར་དང་ལྷག་སྤྱོད་གི་གསེབ་
 དུ་བཅུམས་ཀྱང་། རྒྱུ་མར་པོར་རོ་སྤྱོད་སྤྱོད་ལུང་གྱི་རྒྱུ་མ་གར་
 ཆོག་གཅིག་ཀྱང་འབྲེལ་མེད་པ་ནི་རྒྱུ་མ་པའི་ལ་མི་རིགས་ཀྱི་ལར་
 ཞེན་དང་མི་གཞི་ལི་རང་རྒྱུས་ཤི་འདྲ་ཡོད་པ་རྒྱུས་ཀྱིས་བྱུང་དགོས་
 པའི་གནད་གལ་ཆེ་བ་ཞིག་དུ་མཐོང་རོ། །

སྤྱི་ལོ་ ༢༠༠༢ ལྷ་ ༡༢ ཆོས་ ༡༢ ཉིན་ཤིས་པ་དགའོ།

མེ་ལོང་མ་བྱིས་གཞུགས་བརྒྱན་མི་བྱ། མྱེད་ལ་མ་སྤྱོད་རིག་ལ་མི་གསལ།
དཔེ་དེབ་གཅིག་བཟུགས་ན། ཤེས་རིག་བྱེད་པས་གཅིག་འཕར།
བྱ་གཞག་གསར་སྤྱོད་ལོ་གཅིག འཕྱུར་དུ་སྤྱོད་ལ་ཉིན་གཅིག



གནས་ཚུལ་དང་འགལ་བ་ཡིན་ནོ། ཞེས་གསུངས་སོ། མདོར་ན་
 སྲོལ་རྒྱུན་གྱི་རིག་གནས་ནི། འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ཤུངས་བ་ནས་
 དར་པའི་ལམ་དང་ལུགས་སྲོལ་གྱི་བྱ་འགུལ་ཐམས་ཅད་ལ་མི་ཟེར་
 དར་དེ་ནི་ཁྱད་ཆོས་གསུམ་ཁུན་ཞིག་ཡིན་དགོས། དང་པོ། འབྱུང་
 ཁུངས་ཡང་དག་ནས་བྱུང་བ་དང་། གཉིས་པ། བརྒྱད་པ་བར་མ་
 ཆད་པ། གསུམ་པ། རིགས་པ་ཡང་དག་ལ་བརྟེན་པ་སྟེ་ཁྱད་ཆོས་
 འདི་གསུམ་ཆང་བ་ཞིག་དགོས་པ་ནི་མཁས་པ་རྣམས་ལ་ཡོངས་སུ་
 བྲགས་པ་རྒྱར་ཡིན།

དང་པོ།

དམངས་ཁྱོད་སྲོལ་རྒྱུན་གྱི་རིག་གནས་ནི། ཞིང་འབྲོག་
 མང་ཆོགས་ཀྱིས་དཀའ་སྤྱད་ཆེ་བའི་བོན་སྡེ་དང་ལཱ་ཚོལ་གྱི་འཆོ་བའི་
 ཁྱོད་ནས་རྟེན་སོན་བྱུང་བ་དང་། གོམས་གཤེས་སུ་འཇགས་པ་དང་
 དེར་རྣམ་གྲངས་དུ་ཅང་མང་པོ་ཡོད། དེར་གི་ཆར་ཡང་བོད་ཀྱི་
 བོན་ཞིང་འབྲོག་གསུམ་གྱི་བོན་སྡེ་དང་ལཱ་ཚོལ་དང་དེ་དག་གི་དགོས་
 མཁོའི་ཡོ་ཆས་བཟོ་སྐྲངས་ལ་སོགས་པ་ནི་ཡ་བོག་བོད་ཀྱི་མེས་པོ་
 ཆོའི་སློབ་སྲིད་ཀྱི་ཉིང་བཅུད་ལས་བྱུང་བ་དེ་དག་མཉམས་རྒྱུན་འཛིན་
 གུས་པ་གཏུག་ཡིན་པ་དང་། དེ་དག་གི་ཁྱད་ཆོས་ཀྱི་སྲོལ་
 རབས་ཡོ་རྒྱས་ཀྱི་དེ་བ་ཐེང་ཁག་ནང་། “གཉའ་ཁྲིའི་ཡར་སྡོན་
 ལ་རྒྱལ་ཐུན་སེལ་མ་བཞི་བཅུད་སྐབས་དབང་མཛད་བཅུ་གཉིས་
 དར་བ་དང་དེ་དུས་བཟོ་རྩལ་ཕུན་སུམ་ཆོགས་མིན་ལ་མ་ལྟོས་པར་
 བཟོ་ཡི་ལག་རྩལ་དར་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལ་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་ཐུན་
 མིན་ཁྱད་ཆོས་ཀྱང་དམིགས་བསལ་ཁུན་ཡོད་པ་རེད།” ཅས་བྱུང་
 བ་དང་། བོད་ཀྱི་རིག་གནས་སྤྱི་རྣམ་ལས། “དམངས་སྲོལ་གྱི་
 རིག་གནས་སུ་མང་ཆོགས་ཀྱི་ཟས་གོས་འགྲོ་འདུག་དང་སྒྲིམ་གར་
 ཞབས་བྲོ། རྒྱ། ལག་ཞས། གཏམ་དཔེ། གཏམ་རྒྱུད། རྒྱ་ཆ་
 སོགས་དམངས་ཁྱོད་ཀྱི་རིག་རྩལ་རྒྱ་རྩལ་དང་། ཞིང་ལས་དང་
 ཕུགས་ལས། ཆོང་ལས་སོགས་བོན་སྡེ་དེ་དེ་དུངས་བཅས་ཀྱི་

གནད་མཐའ་དག་དང་ཁུན་ནོ། དམངས་སྲོལ་རིག་གནས་ནི་མང་
 ཆོགས་ཀྱི་རིག་གནས་ཡིན།” ཞེས་དང་། རྒྱལ་རབས་གཡུ་ཡི་
 ཐེང་བ་ལས། བོད་ཀྱི་གདོད་མའི་ཡོ་རྒྱས་འཆད་སྐབས་མི་མ་ཡིན་
 གྱི་དབང་མཛད་བཅུ་ལྔ་བཅུ་གཉིས་སོགས་རིམ་པར་བྱུང་ཚུལ་དེ་
 དག་ཀྱང་ལེགས་པར་དཔྱད་ན་སྤྱི་མི་ནས་གནའ་མིར་འགྱུར་བའི་
 བརྒྱད་རིམ་གྱི་དཔྱད་གཞི་ཞིག་ཡིན་ལས་ཆེ་སྟེ། དབང་མཛད་
 བཅུ་ལྔ་བཅུ་གཉིས་སོགས་གསེས་འདོད་ན་རྒྱལ་རབས་གཡུ་ཐེང་
 སོགས་ནང་གསལ་བ་ལྟར། བོད་ཆོལ་ཁག་སུམ་ཁྲོན་ཡོངས་ཀྱི་
 ཞིང་འབྲོག་མི་དམངས་ཁྱོད་དུ་དེང་དུས་ཀྱི་གཞས་ཞབས་བྲོ་གང་
 གིས་ཀྱང་འགྲན་དུ་མེད་པའི་རྩོམ་ཁྲི་རྒྱ་རྩལ་དང་། པོ་མོ་ཕན་ཚུན་
 དགའ་སྤྱད་ཆགས་སྐར་སྒྲོ་སྐར་སོགས་ཀྱི་ངོ་བོ་མཆོན་པའི་མཛའ་
 གཞས། དེང་དུས་རྒྱ་རྩལ་ཚོལ་རིག་ནང་ཆད་མཐོན་པོར་རྩི་བཞིན་
 ཡོད་པའི་མཆོན་བྱེད་ཅན་ནམ་བུ་སྤྱི་བཟོ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུ་ཁྱོད་ཆོས་
 ཡོངས་སུ་ཆང་བའི་ཁ་གསལ་སམ་ཆོག་རྒྱལ། གཏམ་དཔེ་དང་
 དམངས་ཁྱོད་ཀྱི་སྤྱང་གཏམ་དེ་བཞིན་ཡུལ་ལུང་སོ་སོའི་ཐུན་མོང་
 མ་ཡིན་པའི་རྒྱ་པོ་སྤྱུ་གཞས། བྱིས་པའི་རོ་ལ་རྩེད་སྤྱོད་ཆོགས་དང་།
 པོ་རྩལ་སྤྱུ་དག་སོགས་ལས་རིགས་འེར་དེ་ཡི་ངོ་བོ་དང་མཐུན་
 པའི་གཞས་ཡོད་པ་ནི་འཛམ་གླིང་མི་རིགས་གཞན་སུ་ལ་ཡང་མེད་
 པ་མང་ཆོགས་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་རིག་གནས་ཡིན་པ་དང་། རྒྱག་
 པར་དུ་རྒྱལ་ཁབ་དང་གཞུང་གིས་འཛིན་སྲྀང་དོ་དམ་བྱས་པའི་སྲོལ་
 བྱ་སོགས་ཆེས་ཉུང་ནའང་རྩལ་རིག་སྲོལ་གསའི་ཐད་འཛམ་གླིང་
 མི་རིགས་ཡོངས་ཀྱི་ཁྱོད་ནས་མང་པོས་རྩལ་ཡིན་པ་ནི། ལ་མི་
 རེ་མཁས་དབང་ཟམ་གདོང་རིན་པོ་ཆེས། “བོད་ཀྱི་མི་འབོར་གྱིས་
 རྒྱ་དཀར་ནག་གི་མི་འབོར་གྱི་བརྒྱ་ཆའི་ཁྲོད་ཀྱི་ར་ནས་རྩལ་རྩལ་
 གཅིག་མ་གཏོགས་བསྐྱེད་བསྐྱེད་ཀྱི་མ་རེད། བརྒྱ་ཆ་གཅིག་ཡང་ཡོང་
 པ་ཞིག་མེད། དེ་འདྲའི་རིག་གཞུང་རྒྱུ་ཡི་བྱུང་རབས་ཡོད་པའི་
 རྒྱལ་ཁབ་དང་མི་རིགས་གཉིས་ཀྱི་མཁས་དབང་གི་གྲངས་འབོར་



སྤྱི་ཆུ་ཤོད་ཀྱི་ཆུ་མེད་ཀྱི་འཁྱར་ཆེན་པད་གཤིས་པལ་ལེས་ནས་
བོད་ཀྱི་མཐའ་པོའི་ཆུ་མེད་ཀྱིས་མཆོན་པའི་ཆུ་ལ་ཁམས་ཁོར་
དུ་ལྷུ་ར་པ་ནམས་ཆུ་མེད་ཀྱི་མངའ་དབང་གཅིག་གྱུར་དང་། བོད་
རང་གི་སྐད་མང་གཞིར་བཟུང་ནས་བོད་ཡུལ་གྱི་བྱ་ལ་ལོ་ལོ་
པའི་ཡི་གེ་གསར་པ་བཟོ་དང་། བོད་མི་རིགས་རང་གི་སྤྱི་ལོ་
ཆོས་དང་རིག་གཞུང་ལ་སྤྱི་གསལ་དོར་བཅུད་ལེན་དང་། བྱི་མཆོས་
ཆུ་ལ་ཁབ་དང་མི་རིགས་ལ་འབྲེལ་ལམ་བཅུགས་ཏེ་གཙུག་ལག་ཅིས་
གཞུང་དང་པོ་ཡི་རིག་ཅུ་ལ་དང་། ལྷག་པར་དུ་ནང་བཟུན་ཆོས་
ལུགས་སོགས་རིག་གནས་ཆེ་པ་ལྷག་དང་སྤྱི་གསལ་བོད་ཡུལ་བྱོན་
ཀྱན་དུ་ལྷ་ཆོས་མི་ཆོས་གཉིས་ཀྱི་བྱིས་སྤྱོད་ལ་བཟང་པོ་གཏན་ལ་
ཡལ་པ་ནས། དེ་རིང་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་བར་སྤྱི་ནང་མི་
མཐུན་པའི་ཁྱེན་ལས་ཆུ་ལ་ཁབ་མི་རིགས་དང་བཅས་པའི་ལོ་རྒྱུས་
ལ་ཉམས་ཆགས་ཐངས་མང་སོག་ཀྱང་། བོད་མི་རིགས་ཀྱི་དོ་ཤོ་
མི་བཟུགས་པ་མ་ཟད་དུང་འཛམ་གླིང་བྱོན་ཡོངས་ལ་རིག་གསར་
ཀྱི་འགྲན་ཚོར་མཆོ་ལྷར་བཞེས་ཞིང་རང་ཆུ་ལ་གཞན་པམ་གྱི་བསམ་
པས་མཆོག་དམན་སྟེ་ཤོ་ཀྱན་འཛམ་གླིང་དང་དངས་སྒྲག་ཁོ་ནའི་
རང་གནས་དགོས་པའི་བཟུ་ཐུག་ཉེར་གཅིག་པའི་དུས་འདིར།
བྱམས་དང་སྤྱི་ཆུ་མེད་ཅུ་བཅན་གྱི་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་གིས་ཞི་བདེའི་
ལེགས་སྤྱོད་འབྲུལ་བཞིན་ཡོད་པ་ནི། དེར་རབས་རིག་གནས་སྤྱི་
དང་ཡང་སྒོ་སྤྱོད་གཟུར་གནས་ཆེན་རིག་མཁས་དབང་པལ་ཆེ་བས་
གཅིག་གྱུར་གྱིས་ཁས་ལེན་དང་བཟུགས་བཞེད་ཀྱི་མེད་ཀྱི་འཛམ་
བཞིན་ཡོད། འོན་ཀྱང་ཡང་དགོས་པ་ཞིག་ལ། མགོ་ལ་སྤྱོད་པའི་
རྟ་མིག་ལ་ཟུག་པའི་དཔེ་ལྟར་གཞིས་ཤུས་བོད་མིའི་ཁྱོད་ནས་མི་
ཉུང་མས་རེས་རང་མི་རིགས་ཀྱི་སྤྱོད་ཆུན་རིག་གནས་ལ་དབྱ་ལྷར་
བཟུང་ནས་ཁྱོད་ཤོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཆུན་རིག་གནས་ཀྱི་ཤུན་པ་རྒྱུང་པ་
དེ་ཡུད་མ་ཐུབ་པ་དེ་སྤྱི་དུ་མི་རིགས་དེ་ཉིད་ཡར་ཐོན་མི་རིགས་
ཀྱི་གལ་ལ་ཆུད་མི་ཐུབ་ཅེས་དང་། ཁུ་ཅིག་གིས་དུང་དུས་རབས་

ཉེར་གཅིག་ནང་ལ་ང་ཆོས་བོད་ཡིག་དང་བོད་སྐད་ལ་མགོ་འཁོར་
ནས་བཟུང་ན་དུས་ནམ་ཡང་བོད་མི་རིགས་ལ་དུས་རབས་གསར་
པའི་ཡོངས་སྤྱོད་ཐོབ་མི་སྤྱི་ཅེས་དང་། ཁུ་ཅིག་གིས་མེད་ཅུ་
ལོག་བཟུང་ཀྱི་རྒྱུ་སྤྱོད་ཐངས་ནས་ཆོས་ནི་དུག་དང་འདྲ་བས་མི་
རིགས་འཕེལ་ཆུས་དང་དཔལ་འབྱོར་འཕེལ་ཆུས་ལ་བཀག་འགོག་
ཤེད་ཀྱི་ཡོད་ཅེས་དང་། ཁུ་ཅིག་གིས་ཆོས་ཤེད་མི་སྤྱི་ལྷ་
གིས་སྤྱོད་ཆུ་ལ་ངན་པ་དག་ཆུ་མཆོན་དུས་ནས་ཆོས་ནི་མི་དམངས་
མགོ་སྤྱོད་གཏོང་ཤེད་ཀྱི་ལག་ཆ་ཞིག་རེད་ཅེས་ཟེར། མདོར་ན་
གོང་གསལ་འོང་ཆོས་བཟུང་པའི་སྐད་ཆ་དེ་དག་དོག་གཅིག་དུ་སྤྱོད་
ན། མི་རིགས་ཀྱི་རིག་གནས་དགོས་ཀྱི་མི་འདུག་ཅེས་པའི་དོན་
རེད། ཆུ་མཆོན་ནི་སྤྱོད་ཆུན་རིག་གནས་ནི་དང་མོས་ཀྱི་རྒྱུ་སྤྱོད་
འགྲོ་དགོས་པ་དང་། ཆོས་ལུགས་ཀྱིས་མི་དམངས་མགོ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་
ཤེད་ཤེད་པ་དང་། དུས་རབས་གསར་པའི་དཔལ་འབྱོར་གྱི་སྤྱོད་
བཀག་པ་དང་། བོད་སྐད་དང་བོད་ཡིག་ནང་དེར་དུས་ཀྱི་མིའི་
རིགས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་ཆེན་རིག་ལག་ཅུ་ལ་སོགས་གང་ཡང་སྤྱོད་
ཐུབ་ཀྱི་མེད་ཅེས་གྱུ་ཆོས་དུ་བཟུང་པ་ལས་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་ཀྱི་
དོན་སྤྱོད་ཤེས་ཀྱི་མེད་ལ་ཐན་གོ་བཅས་ལེན་ཐུབ་ཀྱི་མེད། གཞན་
མའི་རིགས་ཀྱི་སྤྱོད་ཆུས་ལ་པན་ཐོག་ཆེ་པའི་དེར་དུས་ཀྱི་ཆེན་རིག་
རིག་གནས་སོགས་སྤྱོད་ཀྱི་ཀྱང་ཤེས་ཀྱི་མེད། སྤར་ནས་ད་བར་
ཀྱི་བསམ་ཤེས་གིང་གོ་ཐུབ་པའི་མི་ཚོ་དཔེ་སྤྱོད་ལེན་རུང་རང་གི་མེས་
པོའི་ཐུལ་བཞག་ལ་གཅེས་འཛིན་དང་སྤྱོད་སྤྱོད་ཤེད་པ་ལས་དེ་དག་
ལ་ཐུགས་མ་བཟུང་ནས་གང་སྤྱོད་ཀྱིས་ཞིག་གིས་གཞུགས་
ཀྱང་སྤྱོད་དང་ད་ལྟའི་ཆོས་ཤེད་མི་སྤྱི་ལྷ་རེ་བུར་དང་། མ་མ་དང་
ཅིས་པ་ལྷན་མ་དག་གིས་བྱ་སྤྱོད་ངན་པ་ལ་པལ་ཆེན་ནས་བྱུང་བའི་ལ་
ང་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལ་གཞི་བཅོལ་ནས་ཆོས་ལུགས་སོགས་སྤྱོད་ཆུན་
རིག་གནས་ལ་སྤྱོད་དུ་ལྷ་བལས་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱངས་མེད་
ལ་ཞི་བདེ་བཟུན་པ་དང་། བོད་ཀྱི་བྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་གནམ་རིག་



ལྷག་བསམ་གྱིས་ཕྱག་པའི་རྒྱ་པ་སངས་ལགས་སུ་བཅར་འདི་ཞུས་པ།

གན་ལགས་ནི་པོད་རྫོང་ཕུ་རྫོང་མངའ་སྡུང་གར་མའི་ཡ་ཆོ་དབང་དོ་ཨེ་དང་མ་ཀུན་བཟང་གཉིས་ལ་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༡ ལོར་འབྲངས། སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༡ ལོའི་ ཟླ་བ་ ༡༡ རང་སྐྱབས་བཅོལ་དུ་ཕེབས་ནས་ད་སྡེང་པོད་ཁྱིམ་དུ་སློབ་འཁུག་གནང་། སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༧ ལོར་འཛིན་འཁུར་བཅུ་གཉིས་ཐོན་ཨེས་ཀྱི་གར་ཀྱེ་བ་ས་ལུ་ནའི་ Spicer Memorial College ཅས་ས་ཁམས་འིག་པ་དང་ཀམ་ལུ་ཁར་སློབ་ཆན་གྱི་ཐོག་སློབ་མཐར་ཕྱིན། པོད་ཁྱིམ་སློབ་གྲུའི་ཆན་བདག་དེ་བཞིན་ཕུན་པོད་ཀྱི་སློབ་ལྷན་ཚོགས་པའི་ཚོགས་གཙོ་ཐོག་མ་དང་། དེའི་ཨེས་འབྲེལ་མཐུན་པ་དུང་ཆེ་བཅས་གནང་། སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༨ ལོར་ས་རྒྱ་མཐོ་སློབ་དུ་ཟླ་གསེར་འིང་དང་ཟླང་ལས་ཁྱེད་དང་དེ་ཨེས་དེའི་སྐབས་ཀྱི་སློབ་སྤྱི་དགེ་བཤེས་པ་རྒྱ་དོ་ཨེ་མཆོག་ནས་མཐོ་སློབ་ཡིག་ཁང་གི་དུང་ཡིག་ལ་བསྐྱོས། ད་བར་ལོ་ངོ་ཉི་ལ་པོ་བཅུ་ཅམ་གྱི་འིང་ལ་མཐོ་སློབ་དུང་ཡིག་གི་ཐུགས་འགན་བཞེས་ཐུས་དང་བཅས་ལོ་རྒྱུས་ཅམ་པ་གོད་པ་ལགས་སོ།།

[illegible][illegible]

ཡོ་ཤ། མ་རྒྱུ་འདྲ་ལྷོ་མཆོ་མེད་པའི་གཞི་ན་པའི་ཆ་ནས་འདྲ་བའ་གྱི་མེད་པ་མ་ཆོ་བའི་ཤིམ་ཡོན་ལ་ནན་ལགས་མོ་ཡིད་ཆེ་མ་
ཡུང་ལྷོ་ན་འདྲ་ག་གས།

ལན། ར་རང་གི་པམ་མཚུལ་ལ་ས་རྒྱ་མཐོ་སྒོ་བསྒོ་བ་མ་ནམས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་གྱི་གནས་ཆད་ཡག་པོ་འདུག ད་པར་ང་ཚོའི་སྒོ་བ་བྱེད་མང་པོ་ཞིག་དགོ་ཅན་གཞུང་ཞབས། དེ་བཞིན་གཞུང་འབྲེལ་དང་གཞུང་འབྲེལ་མིན་པའི་ཆོས་གསལ་པ་མང་དག་ཅིག་གི་ནང་ལས་འགན་འཁུར་བཞིན་ཡོད། མ་འོངས་པར་ཡང་དེ་འདྲའི་རྒྱ་རེ་བ་དང་ཡིད་ཆེས་གཙང་མ་ཡོད། ཡིན་ནའང་ང་ཚོའི་སྒོ་བ་ཕྱག་ཆོས་སྒོ་བ་སྦྱོར་ཉེད་ལྟར་ས། རང་འགན་རང་འཁུར་ཉེད་ལྟར་ས། སྤེལ་མེས་མང་ཉེད་རྩལ་སོགས་ཀྱི་ཐོག་ལ་ད་དུང་ལྷན་ལས་སྒྲགས་ལས་ཡོང་བུས་གཏང་དགོས་ཀྱི་ན་འདུག དམིགས་བསལ་གྱི་ལུ་མོ་ཆོ། དེ་ཚོར་ཆ་བཞག་ན་སོ་སོ་རང་ཉིད་ཀྱིས་རྒྱན་ཐུན་དུ་དེ་སྒྲུང་དང་བཅས་རྒྱུར་བྱ་དགོས་པ་ཞིག་རེད།

དེ་པ། མཐོ་སྒོ་བ་འདིར་ཕྱི་རྒྱལ་སྒོ་བ་ཕྱག་དང་པོ་དེ་གི་སྒོ་བ་ཕྱག་ཉིས་འདྲིམས་ཡིན་པས། ཅན་ལགས་ཀྱིས་གཞིགས་ན་དེ་གཉིས་ཀྱི་སྒོ་བ་སྒྱུར་བྱེད་སྐད་ས་དང་པས་མ་སྒོ་འབྱེད་སྐད་ས་པར་ལ་བྱུང་པར་ག་རེ་མཐོང་གི་འདུག་གས།

ལན། བྱུང་པར་ཆེན་པོ་མཐོང་གི་འདུག་ཕྱི་རྒྱལ་སྒོ་བ་ཕྱག་ཚོ་ཡིན་པ་ཡིན་ན་དངོས་གནས་པར་ཅན་འགྲུལ་ཆེན་པོ་དང་འདྲིན་གྱི་ནང་ལ་བྱིད་པའི་སྒོ་བ་ཆན་ཁོན་མིན་པར་སྒྱུར་བྱེད་ཀྱི་ཤེས་བྱ་སྐད་ས་ལ་དོ་སྣང་ཏེ་ཅང་གི་ཆེན་པོ་འདུག་ཁོང་ཆོས་སྒོ་བ་ཆན་གང་བྱིད་པ་དེ་ནང་དོན་ཁག་སལ་ཤེས་སྒྱུ་ལེ་འབད་པར་ཅན་བྱེད་ཀྱིན་འདུག་ང་ཚོའི་པོ་དེ་ཕྱག་ཚོ་ལ་ཆ་བཞག་ན་ཡིག་ཆ་དེ་གི་ཆེད་དུ་སྒོ་བ་སྒྱུར་བྱེད་པ་མ་གཏོགས་རང་ཉིད་ཀྱི་གནས་ཆ་དེ་ཡར་རྒྱས་གཏང་བྱེད་ཐབས་ཤེས་དེ་ཙམ་བྱེད་ཀྱི་མིན་འདུག་དེ་འདྲིན་དུས་དཔེ་དེ་བའདྲིན་མིན་བཞག་སྒྱུ་དང་། ཅོ་མ་འདྲིན་ཕྱི་རྒྱལ་ས་ཏེ་ཅང་གི་གལ་ཆེན་པོ་མཐོང་གི་འདུག།

དེ་པ། གོ་ཐོས་ལྷར་ན་ཅན་ལགས་མི་འགྲུང་པར་ཕྱི་རྒྱལ་དུ་ཐེབས་མཁན་རེ་དམོད། ཅན་ལགས་ཕྱིར་ཐེབས་ཐུབ་མིན་ལ་སྒོ་བ་ཕྱག་ཆང་མས་ཐེ་མས་ཁྱར་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་པས། འདིའི་སྐོར་ལ་བཀའ་གསུང་ག་རེ་ཡོད་དམ།

ལན། ང་དང་དབྱིན་དགེ་དགེ་ལེགས་གཉིས་ཕུལ་ཏེ་ (Fulbright) སྒོ་བ་ཡོན་གྱི་ཐོག་ནས་ཨ་རིར་སྒོ་བ་སྒྱུར་ལ་འགྲོ་ཡ་རེད། སྒོ་བ་ཕྱག་ཚོས་དེ་འདྲིན་ཐེ་མས་ཁྱར་བྱེད་པ་ལ་སྒྲིབ་ཐག་པ་ནས་ཐུགས་རྗེ། སྒྱུར་རང་ས་རྒྱ་མཐོ་སྒོ་བ་ལ་ལོང་བཅུ་ཙམ་ལས་ཀ་བྱས་པ་ཡིན། དེའི་རིང་ལང་རང་གི་རྒྱས་པ་གང་ཡོད་ཀྱིས་མཐོ་སྒོ་བ་ཡར་རྒྱས་གཏོང་པའི་ཆེད་དུ་འབད་བརྩོན་བྱེད་པ་ཡིན། མ་འོངས་པ་ལ་ཡང་དེ་འདྲིན་གོ་སྐབས་བྱུང་ན་རང་ཉིད་ནས་གང་ཐུབ་བྱེད་ཀྱི་ཡིན། ཡིན་ནའང་ད་ལྟའི་ཆ་ལ་ལོ་གཉིས་རིང་སྒོ་བ་སྒྱུར་ཐུ་མཐུང་བྱ་བྱེད་འདུག་པ་ཡོད།



མཐུག་བསྐྱ་བའི་གཏམ།

སྐད་ཡིག་ནི་མི་རིགས་ཀྱི་སློབ་ཡིན་ཞེས་ཀྱུན་གྱིས་སྒྲུབ་བ་ལྟར། དབྱངས་གསལ་སོ་བཞི་ནི་ཆོས་གསུམ་པོ་དཔེ་
སེམས་ཁམས་གཅིག་ཏུ་སྒྲིལ་བའི་དར་སྐྱད་ཡིན་ལ། རང་ཆོས་གཙོས་པའི་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་ནམས་ཀྱི་དབྱངས་གསལ་སོ་བཞིའི་
གདངས་དབྱངས་ཀྱི་མངལ་དུ་ཐིམ་ས་ཡོད། མཐོ་བོད་མི་རིགས་འདི་སྔོན་དུ་ཐོན་པ་ཡང་དབྱངས་གསལ་སོ་བཞིའི་འཆར་སྟོབས་ཀྱི་
འཕེལ་རྒྱས་དང་འབྲེལ་བ་དཔེ་པོ་ཡོད་པས་དབྱངས་གསལ་སོ་བཞི་ནི་མ་ཡུལ་གང་ས་སྔོང་ས་ཀྱི་སློབ་ཡིན་ཞེས་སྒྲུབ་ནའང་མ་ཆོག་པ་
མེད་སྟུང་། དེས་ན་བོད་སྔོང་ས་ཀྱི་དར་རྒྱུད་ཀྱི་སློབ་ཡིག་སྐད་སྒྲིབ་དང་དར་སྐྱད་ལ་ཐུག་ཡོད་པས་ཕྱི་ནང་
གཉིས་ཀྱི་དབྱ་བོའི་སྐུ་ལྷ་རྒྱུང་བའི་ཡལ་མེས་གོང་མའི་སྐད་དག་སྟུང་པོ་འདི་འཆེ་གསོན་གང་ལ་ཐུག་མིན་ནི། ད་ལྟའི་བོད་པའི་གཞོན་
སྟེན་ནམས་ཀྱིས་བོད་དང་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ལ་བཅངས་པའི་བརྟེན་བ་དང་། ལ་ཀྱ། ལྷག་བསམ། རྟེན་སྟོབས། རྒྱུག་ཅེའི་འགྲུལ་
ཤུགས་བཅས་ལ་རག་ལས་ཡོད། བྱ་བ་འདི་སྐྱ་སེར་དང་པོ་མོ་དཔེ་བར་མེད་པའི་མགོ་ནག་བོད་པ་ཡོངས་ཀྱི་ཕྱག་དུ་བབས་པའི་འོས་
འགན་ཞིག་རེད། དེར་བརྟེན་འདི་ནས་བཏོན་པའི་ཉེན་རྒྱུ་འཕྱུར་བཞུགས་ཀྱི་དུས་དེ་བའདི་ས་རྒྱ་བོད་ཀྱི་མཐོ་སྒྲོལ་ཀྱི་སྒྲོབ་མ་
ནམས་ཀྱིས་བོད་དང་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ལ་བཅངས་པའི་བརྟེན་བས་ལུས་པའི་ལེགས་སྒྲིལ་ཆུང་ཆུང་ཞིག་ཡིན། འོན་ཀྱང་དུས་དེ་བའདི་
གཙོ་བོར་སྒྲོབ་མའི་རྩ་མེག་ལ་རྒྱས་ཡོང་བའི་ཆེད་དུ་ཡིན་པས་འདིར་བཀོད་པའི་རྩ་མེག་ཡིག་ནམས་ཞིབ་ཕྲག་དཔག་སེས་བྱས་མེད་
པ་དང་། རྩ་མེག་པོ་ཡང་སྒྲོབ་སྒྲིབ་འདི་ལ་མཐོ་རིམ་སྒྲོབ་མ་མ་ཡིན་པ་ཡང་ཡོད་པས་ཀྱེ་ཆེའི་སྒྲོག་པ་པོ་ནམས་པས་དེ་ལུགས་ཐུགས་འདུགས་
ཡོང་བ་དང་། ཐེངས་འདིའི་ང་ཚོ་རྩ་མེག་ཆོགས་ཆུང་གི་མེས་ཆད་ཀྱིས་མ་འདད་བ་དང་རྩ་མེག་གི་བྱ་བར་ཉམས་སྦྱོང་མེད་པའི་
ལས་དང་པོ་པ་ཡིན་པ། སྒྲོབ་སྒྲིབ་གི་ཞོར་ལ་གཉེར་བ་བཅས་ཀྱིས་དུས་དེ་བའདིར་འགལ་འཛོལ་གྱི་ཆེད་སྟེད་ཅིག་ཡོད་པས་པས་རྩ་མེག་
པ་པོ་དང་སྒྲོག་པ་པོ་ནམས་པས་སྒྲིགས་དོར་བརྒྱད་ལེན་དང་ལེགས་སྟེལ་ཉེས་འགོག་གི་སྐད་དུ་ལམ་སྟོན་གྱི་དགོངས་འཆར་ལྷག་སྟོབས་
ཡོང་བའི་བཅོས་མིན་གྱི་རེ་བ་ལན་བརྒྱུད་ཞུ། མཐའ་དོན་བོད་ཀྱི་རྩ་མེག་སྐྱ་རྩ་མེག་གི་འདི་རྩ་མེག་གི་རྒྱུ་དུ་འགྱུར་བར་སྟོན།
རྩ་མེག་ཆོགས་ཆུང་གིས།

